

Frauen – Leben – Gesundheit

- Sie interessieren sich für einen gesunden Alltag und wollen ein gesundes Leben führen
- Sie sind neugierig darauf, neue Impulse für einen gesunden Umgang mit dem Körper zu erhalten
- Sie haben Interesse Informationen zu gesundheitlichen Themen zu bekommen
- Sie wollen für ihr eigenes Leben lernen, Spiritualität erfahren und sich stärken
- Sie wollen Neues erfahren, um es in ihre Gruppe weiter zu tragen.

Die Fachstelle **FrauenGesundheit** bietet Gruppen der Evangelischen Frauen in Hessen und Nassau e.V., in der EKHN und Ihnen persönlich die Möglichkeit:

- sich mit Gesundheit und Krankheit auseinander zu setzen
- Anregungen zur Unterstützung einer gesundheitsorientierten Lebenspraxis zu bekommen und persönliche Fähigkeiten zu stärken
- sich mit Themen zu beschäftigen, die in Zusammenhang mit Schwangerschaft, Gen- und Fortpflanzungstechnik stehen.

Infoblatt FrauenGesundheit

3 - 4 mal jährlich erscheint dieser Newsletter mit Informationen, Tipps, Literatur und Arbeitshinweisen, Ankündigungen von Kursen und Fortbildungen.

Materialband: „Gib uns mehr Licht und lass uns für einander eintreten“ zur Aktion Lucia - Licht gegen Brustkrebs

Angebote in der Region

Tagesveranstaltungen, Themenangebote und Fortbildungen für Ihre Region können Sie mit mir verabreden. Fahrtkosten müssen übernommen werden, Honorar nach Absprache.

Themenangebote,

die als Vortrag, 2-stündige Gruppenarbeit oder Tagesveranstaltungen möglich sind

- neu:** Stress und Zeitnot – muss das sein?
- neu:** Ich tue mir gut – Übungen und Anregungen für einen liebevollen Umgang mit dem Körper
- neu:** Meiner Lebendigkeit trauen – Was erzählt mir die Geschichte der „Heilung der blutflüssigen Frau“
- neu:** Brust – Quelle weiblicher Identität

- Heilende Pflanzen, heilende Gärten, heillose Praktiken - zum Jahresthema
- Herzeleid und Herzenslust – Herzinfarkt bei Frauen vorbeugen
- Klimawandel u. Gesundheit, Probleme u. Herausforderungen der Klimaanpassung
- Der Körper ist das Gewand der Seele - vom Umgang mit dem eigenen Körper
- Bei mir bist du schön – Das Streben nach Schönheit
- Ist Gesundheit weiblich?
- Älter werden und gesund bleiben/ Gesundheit und Bewegung im Alter
- Quellen meiner Gesundheit entdecken
- Gesundheit im Alltag verwirklichen/ Mit dem Körper Freundschaft schließen
- Wohlbefinden ein Schlüssel zur Gesundheit

- Aktion Lucia – Zur Verbesserung der Versorgung von Brustkrebspatientinnen
- weitere Angebote sind nach Absprache möglich.

Veranstaltungen

- Heilpflanzen in einer globalisierten Welt
29.01.2010, 18.00 Uhr, EVA Frankfurt
- Herzeleid und Herzenslust
24.02.2010, 19.30 Uhr, Nidda
- **Fachtag:** Es tut mir gut – Übungen/Anregungen für einen liebevollen Umgang mit dem Körper
26.02.2010, 15.30 – 18.30 Uhr, Darmstadt
- **Workshop:** Frauenherzen schlagen anders
12.03.2010, Technische Universität Darmstadt
- **Ökumenischer Frauengottesdienst** -
Meiner Lebendigkeit trauen
08.06.2010, 19.00 Uhr, Frankfurt - Alte Nikolaikirche Römerberg
- **Fachtag:** Neues zur Aktion Lucia–Lichter gegen Brustkrebs
12.06.2010, 09.00-14.00 Uhr, in Frankfurt
- **Fortbildung:** Meine Gruppe braucht Abwechslung
25.06.2010, 16.30-20.30 Uhr, Darmstadt
- **Frauenfrühstück** – Der Körper ist das Gewand der Seele
11.09.2010, 9.00 Uhr, Westerbürg-Willmenrod
- **Dekanatsfrauentag** – Abschluss des Jahresthema
25.09.2010 in Gießen
- **Meditatives Abendgebet zur Aktion Lucia** -
Mehr Licht in die medizinische Versorgung bei Brustkrebserkrankungen
01.10.2010, in Offenbach, Wiesbaden, in den Dekanaten Biedenkopf u. Bad Marienberg, Vogelsberg, Groß-Umstadt-Reinheim, u.a.

FRAUENGESUNDHEIT

Frauen und Männer haben einen unterschiedlichen Umgang mit Gesundheit und Gesundheitsproblemen. Das Verständnis ist nicht bei jeder Frau und auch nicht in jeder Lebensphase gleich. Gesundheit wird durch eine Vielzahl von Belastungen, Problemen und Risikostrukturen beeinflusst. Diesen stehen aber auch all die menschlichen Fähigkeiten, die gesellschaftlichen Möglichkeiten und die persönlichen Potenziale jeder einzelnen gegenüber. Gesundheit ist daher eine Fähigkeit zwischen diesen beiden Polen, Probleme des Lebens zu meistern. Die Frauengesundheitsförderung will nun diese Fähigkeiten unterstützen. Dazu ist es wichtig, dass Risiken vermindert werden, Schwächen aufgedeckt und Fähigkeiten und Tatkraft gefördert werden. Dies ist das Ziel der Fachstelle FrauenGesundheit. Die Fachstelle bietet dazu Information und Auseinandersetzung in verschiedenen Angeboten zu unterschiedlichen Themen.

Arbeitsmaterialien:

- Handbuch „Frauen und Gesundheit II“
Arbeitshilfe für die Gruppenarbeit € 3,00
- Arbeitsmaterialien 1+ 2 zu „Bei mir bist du schön“
Frauen Körper Glaube, je € 10,00
- Materialband: „Gib uns mehr Licht und lass uns
für einander einstehen“ Aktion Lucia - Licht
gegen Brustkrebs € 3,00
- Arbeitsmaterialien zum Jahresthema: In den
Gärten der Gerechtigkeit, € 12,00
- Sich regen bringt Segen – Anleitung zur
Gruppengymnastik mit älteren Frauen € 3,00
- Infoblatt FrauenGesundheit
- Informationen zu Gesundheitsthemen auf
Anfrage

Nähere Informationen und Anmeldung bei:

Fachstelle FrauenGesundheit
der Ev. Frauen in Hessen und Nassau e.V.
in der Ev. Familien-Bildungsstätte Offenbach
Ulrike Lang
Kirchgasse 17
63065 Offenbach
069 – 82 36 85 65
Ulrike.Lang@EvangelischeFrauen.de
www.fachstelle-frauengesundheit.de
www.EvangelischeFrauen.de

Fachstelle FrauenGesundheit Angebote 2010

