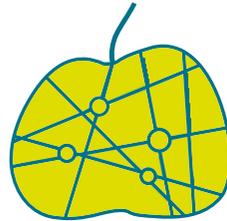


# Online- Fachtag:



netzwerk  
frauen  
gesundheit

**PROGRAMM**

**Mittwoch,  
29. November 2023,  
9 - 13 Uhr**

**digital via zoom-Link**

**kostenlose Teilnahme**

**barrierefrei**

## **Körperbilder: Ich fühle mich (un)wohl - Frauenkörper zwischen Anspruch und Realität**

Diese Veranstaltung wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

STAATSMINISTERIUM DER JUSTIZ  
UND FÜR DEMOKRATIE  
EUROPA UND GLEICHSTELLUNG



Freistaat  
**SACHSEN**

## Hintergrund:

Wie wir unseren Körper wahrnehmen, bewerten und wie zufrieden wir mit ihm sind, wird mit dem Begriff des „Körperbildes“ beschrieben. Bilder von makellosen Körpern aus den sozialen Medien sind allgegenwärtig und trüben das eigene Körperbild und den eigenen Selbstwert. Mangelnde Wertschätzung kann mit Essstörungen, aber auch mit Ängsten und Depressionen und geringem psychischen Wohlbefinden einhergehen.

Viele Frauen\* sind mit ihrem Körper unzufrieden - ob als junger Mensch oder im höheren Alter. Die Veranstaltung möchte Fachkräfte und Multiplikator\*innen für die Thematik aus verschiedenen Perspektiven sensibilisieren und einen positiveren Blick auf unterschiedliche Körperbilder wecken.

Neben einem Vortrag zum Einfluss von sozialen Medien auf die Körperwahrnehmung von Mädchen\* und jungen Frauen\* und Inputs von Menschen, die nicht dem gängigen Schönheitsideal entsprechen, besteht die Möglichkeit, Impulse in moderierten Gruppengesprächen zu diskutieren.

## Programm

9:00 bis 09:10 Uhr: Begrüßung

9:10 bis 10:15 Uhr: Vortrag

### **Körperwahrnehmung und Körpererleben von Mädchen\* in hybriden Welten**

Wie beeinflussen Social Media (Körper-)Bilder und Schönheitsideale die Körperwahrnehmung und Lebensrealitäten von Mädchen\*?

*Claudia Döring & Clarissa Bachmann*

10:15 bis 10:30 Uhr: Pause

10:30 bis 10:45 Uhr: Vorstellung der 4 Workshops  
moderierte Gespräche in Kleingruppen

10:45 bis 12:00 Uhr: Durchführung der Workshops

12:00 bis 12:05 Uhr: Pause

12:05 bis 12:40 Uhr: Moderiertes Abschlussgespräch  
Auswertung und Rückmeldung aus den Workshops

12:40 bis 13 Uhr: Zusammenfassung und Abschluss

## Workshops

### Workshop 1: Mädchen\* zwischen Selfcare und Selbstoptimierung

Praxis- und Ressourcenorientierte Impulse und Methoden für eine bestärkende Gesundheitsförderung von Mädchen\* und jungen Frauen\*; ein Einblick in die Arbeit der Referentinnen.

*Claudia Döring & Clarissa Bachmann*

### Workshop 2: Die Suche nach Identität- Körperbilder bei Essstörungen

Menschen mit Ess-Störungen haben kein Essens-, Gewichts-, Figur- oder Schönheitsproblem, sondern ein Identitätsproblem. Dieser Workshop vermittelt einen Einblick in das Körpererleben und folglich das Körperbild betroffener Mädchen und Frauen bei ihrer Suche nach Identität.

*Anja Mann*

### Workshop 3: Inklusive Begegnungen ermöglichen- ein Reflexionsworkshop

Menschen werden an dem gemessen, was sie können: sprechen, sehen, sozial interagieren. Frauen\* mit Behinderung werden an dem gemessen was sie können: sprechen, sehen, sozial interagieren. Noch mehr werden sie beurteilt nach ihrem Aussehen, haben sie eine symmetrische Figur, eine angenehme Größe der Brust, Körpergröße ... . Sie werden (oftmals) auf ihre Beeinträchtigung und/oder optisches Erscheinungsbild reduziert, in Schubladen gesteckt. Was können wir tun, damit Frauen\* mit sogenannten Behinderungen nicht in den Schubladen bleiben und was hat das mit uns zu tun?

*Judith Bartsch*

### Workshop 4: Leben ohne EinBusen- ein Reflexionsworkshop

Betroffenenperspektiven von Menschen mit Brustentfernung, Hinterfragen gesellschaftlicher Körpernormvorstellungen und der Ausgestaltung von Handlungsperspektiven in der individuellen Beratung

*Antje Proft*

## Referentinnen

**Claudia Döring**, Dipl.-Sozialpädagogin, Bildungsreferentin, WenDo-Trainerin, Fach- und Koordinierungsstelle für die Arbeit mit Mädchen\* und jungen Frauen\* Dresden

**Clarissa Bachmann**, Dipl. Sozialpädagogin, Gesundheitsförderung, sexuelle Bildung, Mädchenprojekt MAXI, Frauen- und Mädchengesundheitszentrum MEDEA e.V.

**Anja Mann**, Dipl. Kommunikationswirtin, Tanz- und Ausdruckstherapeutin, BEL Beratungszentrum Ess-Störungen Leipzig

**Judith Bartsch**, Dipl. Sozialarbeiterin, ergänzende unabhängige Teilhabeberatung, Lebendiger leben e.V.

**Antje Proft**, AMSOB e.V. (Ablatio mammae- Selbstbewusst ohne Brust)

## Datum

29. November 2023, 9 - 13 Uhr

## Ort

digital via zoom-Link

## Moderation

Franziska Müller, MEDEAe.V.

## Anmeldung

bis 13. November 2023 per E-Mail über [fachtagung@dresden.de](mailto:fachtagung@dresden.de)  
bitte teilen Sie uns mit, falls Sie einen barrierefreien Zugang brauchen