

Wiener Programm für Frauengesundheit

Das Büro für Frauengesundheit und Gesundheitsziele der Stadt Wien ist für die Umsetzung des Wiener Programms für Frauengesundheit und den Prozess zur Umsetzung der Wiener Gesundheitsziele 2025 zuständig. Auf der Homepage finden sich zahlreiche frauenspezifische Angebote, Projekte und Broschüren:

frauengesundheit.wien.at

Institut für Frauen- und Männergesundheit

FEM und FEM Süd sind Gesundheitszentren für Frauen, Eltern und Mädchen, die es sich zur Aufgabe gemacht haben, einen gesundheitsbewussten Lebensstil zu fördern und zu unterstützen. Die Zentren sind eine Anlaufstelle für Unterstützung und Beratung bei einer Vielzahl von Fragen und Problemen, die die körperliche und seelische Gesundheit betreffen.

fem-men.at

FEM

Gesundheit für wohnungslose Frauen und Familien (GWFF)

Das Projekt richtet sich an wohnungslose Frauen und Kinder. Ziel ist es, diese in ihrer körperlichen, psychischen und sozialen Gesundheit zu stabilisieren. Weiters soll Kontakt und Vertrauen in das bestehende Gesundheitssystem hergestellt, Wissen über Gesundheit vermittelt und die Selbstständigkeit der Klient*innen gefördert werden. Mitarbeiter*innen und Multiplikator*innen der Wiener Wohnungslosenhilfe sollen vernetzt und geschult und somit „Strukturen“ zu Gunsten der Gesundheit wohnungsloser Frauen und Kinder verbessert werden.

<https://fem.at/arbeitsbereiche/gwff-gesundheit-fuer-wohnungslose-frauen-und-familien/>

Ich! Ganz schön selbstbewusst. Methodenworkshop für Multiplikator*innen

Ziel der von „Dove“ geförderten Workshops ist es, einen positiven und gesunden Umgang von Mädchen mit dem eigenen Körper und Aspekten der eigenen Schönheit, Schlankheit und Attraktivität zu fördern, gängige Schönheitsnormen und die damit im Zusammenhang stehende Rolle der Medien zu hinterfragen, sowie das Selbstbewusstsein zu steigern. Auf der Basis von vielen Jahren Erfahrung im Bereich von Mädchenworkshops wurde ein Workshop entwickelt, um das Wissen und die Methoden in diesem Bereich an Professionist*innen weiterzugeben.

<https://fem.at/arbeitsbereiche/fem-dove-projekt-fuer-mehr-selbstwertgefuehl/>

NEDA – Gender- und kultursensible Angebote für Menschen in der Grundversorgung bei psychischen Problemen

In den Beratungen geht es darum, die psychische Gesundheit geflüchteter Menschen zu stärken, sowie Unterstützung in akuten Krisen anzubieten und dadurch Traumafolgestörungen möglichst zu verhindern. Durch Angebote im Bereich Psychoedukation soll eine Verbesserung des Umgangs mit Symptomen posttraumatischer Belastungsstörungen sowie eine Aktivierung von Ressourcen erreicht werden. Im Laufe des Projektes konnten viele Erfahrungen gesammelt werden, die den Erfolg und die Wirksamkeit in hohem Maße bestätigen und den großen Bedarf deutlich machen.

<https://fem.at/arbeitsbereiche/neda/>

FEM Elternambulanz - Eine Spezialambulanz in der Klinik Ottakring für psychische Krisen rund um Schwangerschaft und Geburt

Die FEM-Elternambulanz hat es sich zum Ziel gesetzt, Frauen den Zugang zu psychosozialer Abklärung und Begleitung während der Schwangerschaft und der ersten Zeit mit Baby zu erleichtern. Die zeitnahe Terminvergabe sowie die wöchentlichen Sprechstunden ermöglichen ein rasches Auffangen der Frauen und Eltern in Krisensituationen. Die gute Vernetzung der FEM-Elternambulanz mit zahlreichen Einrichtungen gewährleistet eine zielgenaue Anbindung und begünstigt im Bedarfsfall den Aufbau eines fachlichen und sozialen Netzwerks.

<https://fem.at/arbeitsbereiche/fem-elternambulanz/>

Frauengesundheit: Ausgewählte Angebote in Wien

Jugendgesundheitskonferenzen:

Ziel des partizipativen Projekts ist die Stärkung der Gesundheitskompetenz sozioökonomisch benachteiligter Mädchen und Burschen im Alter von 12 bis 19 Jahren sowie Sensibilisierung für Gesundheitsthemen. Jugendliche sollen einen eigenen Zugang zu dem Thema Gesundheit bekommen und ihre Sichtweise präsentieren können.

<https://fem.at/arbeitsbereiche/jugendgesundheitskonferenzen/>

Plattform Gesundheit und Wohnungslosigkeit

Durch die Plattform sollen Impulse entstehen, die Rahmenbedingungen für wohnungslose Menschen hinsichtlich ihrer Gesundheitsversorgung und -förderung zu verbessern. Die Wege für Professionist*innen und Betroffene im Bereich Wohnungslosigkeit und Gesundheit sollen erleichtert und verkürzt werden. Weiters sollen Akteur*innen des Gesundheitswesens und der Wiener Wohnungslosenhilfe für Wohnungslosigkeit und ihre sozialen und gesundheitlichen Folgen, sowie verschiedene gesundheitliche Fragestellungen wohnungsloser Menschen sensibilisiert werden.

<https://fem.at/arbeitsbereiche/wiener-plattform-gesundheit-und-wohnungslosigkeit/>

FEM Süd

FEM Süd Frauenassistenz:

Frauen mit psychischen oder körperlichen Beeinträchtigungen, oft zusätzlich mit Migrationserfahrung, sind am Arbeitsmarkt mit besonderen Barrieren konfrontiert. Um dem entgegen zu wirken und diese vulnerable Zielgruppe spezifischer zu betreuen, startete die FEM Süd Frauenassistenz bereits im Jahr 2009 mit Finanzierung des Sozialministeriums ihren Betrieb. Ziel war und ist, betroffene Frauen und Mädchen durch längerfristige psychosoziale Betreuung in den Arbeitsmarkt zu integrieren oder gefährdete Arbeitsverhältnisse zu sichern.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/fem-sued-frauenassistenz/>

Gesundheitsberatung für Frauen mit Migrationserfahrung

Ziel ist, dass Mädchen und Frauen aus anderen Herkunftsländern ein selbstbestimmtes Leben in Wien führen können. Frauen werden in ihrem gesundheitsbezogenen Wissen und Handeln gestärkt und in psychosozialen Krisensituationen begleitet. Eine besondere Zielgruppe sind Frauen, die an den Folgen weiblicher Genitalverstümmelung leiden sowie Mädchen, die dieser Form der Gewalt ausgesetzt werden könnten.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/gesundheitsberatung-fuer-frauen-mit-migrationserfahrung/>

GEVAN - Gesundheit und Ernährung von Anfang an

Alle Frauen wünschen sich einen guten Start für ihr Kind und die Gesundheit des Kindes ist allen wichtig. Die Basis für ein gesundes Leben wird bereits im „Mutterleib“ gelegt. Aber nicht alle haben einen Zugang zu guten Informationen. Aus diesem Grund ist die Förderung der Gesundheitskompetenz bzw. der Kompetenz in Ernährungsfragen von Schwangeren und jungen Müttern von besonderer Bedeutung für ein gesundes Leben ihrer Kinder. Das Ziel ist die Verbesserung der Gesundheitskompetenz und Ernährungskompetenz von Schwangeren und jungen Familien durch Wissensvermittlung und Anregung zu einer Verhaltensänderung.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/gevan/>

Kaleidoskop – Neue Einblicke und Perspektiven zu Frauengesundheit und Diversität

FEM Süd hat langjährige Erfahrung in der Gesundheitsförderung für vulnerable Zielgruppen. Das große Interesse an dieser Expertise führte zum Entschluss, das vielfältige Know-How einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Angeboten werden Vorträge, Seminare und Kurse zu verschiedensten Themen, wie zum Beispiel Frauen und Ernährung, Bewegung, Arbeit, Psyche, Gewalt uvm.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/kaleidoskop/>

DURCHBLICKer*in: Gesundheitskompetenz für Frauen und Männer in der Erwachsenenbildung

Zielsetzung des Projekts DURCHBLICKer*in ist die Stärkung der Gesundheitskompetenz von arbeitssuchenden und arbeitsmarktfernen Frauen und Männern mit und ohne Migrationserfahrung im Rahmen von Qualifizierungsmaßnahmen. Das Setting umfasst Einrichtungen der Erwachsenenbildung sowie Träger von Deutschkursen. Zusätzlich sind Angehörige der Gesundheits- und Sozialberufe Zielgruppe des Projektes, diese sollen im Rahmen von Fortbildungen für das Thema Gesundheitskompetenz sensibilisiert werden.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/durchblickerin/>

„Ich bleib' gesund“ – Türkischsprachige Unterstützung im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung

Ziele des Projekts sind die Erhöhung der Inanspruchnahme von Vorsorgeuntersuchungen bei türkischsprachigen Frauen und Männern sowie Informationsvermittlung über die Möglichkeit der kostenlosen Vorsorgeuntersuchung. Das Projekt richtet sich an türkischstämmige Personen, insbesondere Frauen mit geringen Deutschkenntnissen. Diese erhalten nach dem Prinzip des „One-Stop-Shops“ medizinische Untersuchung und psychosoziale Beratung vor Ort.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/ich-bleib-gesund/>

„rundum gesund“: Lebensstilmodifikation bei Übergewicht und Adipositas

„Rundum gesund“ ist ein Programm zur Gesundheitsförderung für Menschen mit Übergewicht und Adipositas mit dem Ziel einer langfristigen Umstellung des Lebensstils. Das Gruppenprogramm orientiert sich an Qualitätskriterien der Adipositasgesellschaft mit interdisziplinären, langfristigen Maßnahmen, die auf den drei Säulen Ernährung, Bewegung sowie Psychologie fußen. Die Kurse für Frauen und Männer werden in folgenden Sprachen angeboten: Deutsch, Türkisch und Arabisch. Es geht darum, Ernährungswissen zu vermitteln, körperliche Aktivität zu fördern und psychische Einflussfaktoren zu reflektieren – mäßige Gewichtsreduktion und langfristige Gewichtsstabilisierung stehen dabei im Vordergrund.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/rundum-gesund/>

Vielfältig und gesund: Gender- und kultursensible betriebliche Gesundheitsförderung im Wiener Gesundheitsverbund

Die Steigerung des subjektiven Wohlbefindens und der Arbeitsplatzzufriedenheit sowie das Empowerment der Zielgruppe. Dies soll einerseits durch die Sensibilisierung der Zielgruppe für das Thema Gesundheitsverhalten sowie andererseits durch die Steigerung der gesundheitsfördernden Faktoren im Betrieb auf struktureller Ebene erreicht werden.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/betriebliche-gesundheitsfoerderung-bgf-vielfaeltig-gesund/>

Clever, fit & cool: Gesundheitstage für Volksschülerinnen und Volksschüler

Im Projekt „clever, fit & cool“ geht es um die Vermittlung von Gesundheit sowie der Erweiterung der Gesundheitskompetenz der Wiener Volksschüler*innen. Diese findet einerseits in den Schulen im Rahmen von Workshops statt, andererseits auch an öffentlich zugänglichen Orten, wie beispielsweise Sporthallen.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/clever-fit-cool/>

FEM Süd Girls: Beratungen für Mädchen und junge Frauen

Im FEM Süd Girls finden alle Mädchen und junge Frauen einen geschützten Ort für einen sicheren Austausch. Mit dem neuen Standort sollen Mädchen und junge Frauen in Krisen und belastenden Lebenssituationen unterstützt werden. Alle Angebote zielen darauf ab das Selbstvertrauen der Mädchen und jungen Frauen zu stärken. Alle Angebote kostenlos, auf Wunsch anonym und können mehrsprachig stattfinden.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/femsued-girls/>

Sichere Basis: Kinder und Jugendliche mit psychisch belasteten Bezugspersonen stärken

Kinder bekommen die psychischen Krisen ihrer Bezugspersonen mit! Sie spüren, wenn es den Eltern nicht gut geht. Für Kinder ist es hilfreich, darüber zu sprechen. Kinder brauchen daher ebenso eine Unterstützung, wie ihre Eltern. Das Ziel ist eine Entlastung der Familien und eine Stärkung der familiären Ressourcen. Es besteht die Möglichkeit einer Familiensprechstunde, in welcher der aktuelle Bedarf der Familie geklärt werden kann. Bei Bedarf werden auch begleitende Elternberatung in unterschiedlichen Sprachen und zusätzlich verschiedene Gruppenangebote abhängig vom Alter der Personen angeboten.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/sichere-basis/>

FEM & FEM SÜD

selbstwert plus: Mädchen und junge Frauen stärken

Ziel ist es, Mädchen* und junge Frauen* in ihrem Alltag und den damit verbundenen Herausforderungen zu stärken. Dabei liegt der Fokus darauf, ihre psychische und physische Gesundheit zu stabilisieren, mit ihnen gemeinsam einen krisenfesten psychosozialen „Lebensboden“ zu bauen, der den Stürmen des Lebens gewachsen ist. Das Projekt macht es sich zur Aufgabe, mehr als 1000 Mädchen im Rahmen von Beratungen, sowie Workshops, zu erreichen und mindestens 200 Multiplikator*innen in ganz Österreich zu schulen und für ihre Arbeit mit Mädchen zu stärken.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/selbstwert-plus/>

FEM Med

Frauengesundheitszentrum FEM Med: DIE zentrale Informationsstelle für alle Fragen rund um Frauengesundheit!

Das FEM Med ist eine Beratungsstelle für medizinische Angebote und steht als zentrale Anlaufstelle allen Frauen zur Verfügung. Mit informativen, gesundheitsfördernden und aktivierenden Angeboten soll die Gesundheitskompetenz gestärkt werden. Ziel ist der Aufbau eines regionalen Gesundheitsnetzwerks, das eng mit dem Projekt zusammenarbeitet.

<http://femmed.at/>

Wiener Gesundheitsförderung

Kooperation mit MA 24 – Büro für Frauengesundheit und Gesundheitsziele

In enger Kooperation unterstützen sich die Magistratsabteilung der Stadt Wien sowie die Wiener Gesundheitsförderung als jeweilige Kompetenzstellen bei ihren Tätigkeiten gegenseitig. Mit der Umsetzung verschiedener kostenfreier und niederschwelliger Informationsveranstaltungen, die sich auf das Thema „Mädchen- und Frauengesundheit“ spezialisieren, wird deren Zielgruppe besonders effizient erreicht. Dazu zählen unter anderem „fem vital – Wiener Mädchen und Frauengesundheitstage“ genauso wie der für 2024 geplante „Wiener Frauengesundheitsmonat“, als Adaption der bisher jährlich stattfindenden „Wiener Frauengesundheitswoche“.

<https://www.wien.gv.at/gesundheit/beratung-vorsorge/frauen/frauengesundheit/>

Projekt „Gesundheit für wohnungslose Frauen und Familien in Wien“

Das Projekt richtet sich an Frauen und Kinder, die in Einrichtungen der Wiener Wohnungslosenhilfe (WWH) leben bzw. deren Angebote in Anspruch nehmen. Das Frauengesundheitszentrum FEM bietet für Frauen und Familien regelmäßige und punktuelle Workshops und Einzelberatungen zum Thema Gesundheit in den Einrichtungen der WWH an. So sollen die Frauen und Kinder einerseits für das Thema sensibilisiert werden und andererseits eine Verbindung zum medizinischen und psychosozialen Versorgungssystem hergestellt werden. Die Finanzierung erfolgt über die Wiener Gesundheitsförderung und den Fonds Soziales Wien.

<https://fem.at/arbeitsbereiche/gwff-gesundheit-fuer-wohnungslose-frauen-und-familien/>

„Ich bleib' gesund“ – Türkischsprachiges Service im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung

Mit diesem Förderprojekt wird sozioökonomisch benachteiligten Personen, vor allem weiblichen Migrantinnen mit geringen Deutschkenntnissen der Zugang zur kostenlosen Vorsorgeuntersuchung erleichtert. In zwei Vorsorgeuntersuchungsstellen Wiens werden türkischsprachige Beratungen und Begleitungen vor und während der Vorsorgeuntersuchung angeboten. Türkischsprachige Migrant*innen erhalten nach dem Prinzip des „One-Stop-Shops“ medizinische Untersuchung und psychosoziale Beratung vor Ort. Die Finanzierung erfolgt über die Wiener Gesundheitsförderung und dem Wiener Programm für Frauengesundheit sowie der MA 15 – Gesundheitsdienst der Stadt Wien.

<https://femsued.at/arbeitsbereiche/ich-bleib-gesund/>

Frauengesundheit: Ausgewählte Angebote in Wien

Projekt: „Ich schau auf mich“

Alleinerziehende sind hier die direkte Zielgruppe, die zum Großteil weiblich ist. Verschiedene Workshops und Vernetzungsmöglichkeiten werden hierzu von JUNO – Zentrum für Getrennt- und Alleinerziehende umgesetzt. Diese Maßnahmen verbessern die psychosoziale Gesundheit der Zielgruppe sowie deren Kinder. Die Finanzierung erfolgt über die Wiener Gesundheitsförderung und dem Fonds Gesundes Österreich.

<https://www.alleinerziehen-juno.at/>

Projekt: „StoP – Stadtteile ohne Partnergewalt“ in Wien

Das Ausmaß der Gewalt an Frauen ist in Österreich besonders alarmierend. Sie hat in den letzten Jahren zugenommen, wie aktuelle Statistiken bestätigen: Jede dritte Frau ab dem 15. Lebensjahr wird mindestens einmal in ihrem Leben Opfer von Gewalt. Ganz besonders schockierend sind die steigenden Femizide und Mordversuche an Frauen: 2022 waren es 28 Femizide und 30 Mordversuche, die der Verein Autonome Österreichische Frauenhäuser - AÖF aufgrund von Medienberichten gezählt hat. Daher ist die Gemeinwesenarbeit bei StoP besonders wichtig, weil aufsuchende Arbeit direkt in der Nachbarschaft geleistet wird. Die Finanzierung erfolgt über die Wiener Gesundheitsförderung, das Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz und den Fonds Gesundes Österreich.

<https://stop-partnergewalt.at/>

Projekt: Empowerment-Seminare „Ich bin eine Frau“

Die Empowerment-Seminare richten sich an Frauen mit Lernschwierigkeiten oder Mehrfachbehinderungen und haben die Idee zur Grundlage, dass Stärkung in allen Bereichen des Alltags die Grundlage für Gewaltprävention ist. Die Seminare ermöglichen den Informations- und Erfahrungsaustausch sowie die Wissensvermittlung über den eigenen Körper, die Menstruation, Sexualität, Frauengesundheit etc. Die Umsetzung erfolgt durch den Verein Ninlil, die Finanzierung über die Wiener Gesundheitsförderung.

https://www.ninlil.at/kraftwerk/empowerment_seminare_frausein.html

Hebammenzentrum – Verein freier Hebammen

Hebammenarbeit bedeutet psychosoziale Beratung und fachliche medizinische Betreuung. Das Hebammenzentrum richtet sich an Frauen und Familien während Schwangerschaft, Geburt und bis zum 1. Lebensjahr des Kindes und wird vom Verein freier Hebammen betrieben. Die Wiener Gesundheitsförderung fördert das Projekt, um die kostenlosen Angebote für Väter, Mütter und Familien weiter zu ermöglichen.

<https://www.hebammenzentrum.at/>

SOPHIE – Beratungs-Zentrum für Sexarbeiterinnen

Die frauenspezifische Einrichtung der Volkshilfe Wien ist eine niederschwellige Anlaufstelle für Sexarbeiterinnen. Ziel ist, die Lebens- und Arbeitsbedingungen der Frauen in der Sexarbeit zu verbessern. Ebenso wird Zugang zu Wissen (Gesundheit, Existenzsicherung, Fremdenrecht) geschaffen. Die Wiener Gesundheitsförderung – WiG fördert die Umsetzung in Wien.

<http://www.sophie.or.at/>

Psychosoziale Dienste Wien

Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen können Hilfe in verschiedenen Lebensbereichen benötigen. Die Psychosozialen Dienste betreiben acht Sozialpsychiatrische Ambulatorien in Wien. Jedes Ambulatorium ist für Menschen aus bestimmten Bezirken zuständig. Darüber hinaus stehen Behandlungseinrichtungen für spezielle Gruppen von Menschen bereit, etwa für Kinder und Jugendliche, ältere Menschen, Patient*innen mit Behinderungen oder Erkrankungen aus dem Autismusspektrum sowie junge Erwachsene am Beginn einer psychotischen Erkrankung. Sollte eine psychische Erkrankung vor allem intensiver psychotherapeutischer Behandlung bedürfen, können sich Patient*innen an das Institut für Psychotherapie wenden.

<https://psd-wien.at/>

#darueberredenwir:

facebook: <https://www.facebook.com/darueberredenwir>

Instagram: <https://www.instagram.com/darueberredenwir/>

Frauengesundheit: Ausgewählte Angebote in Wien

Sozialpsychiatrischer Notdienst: 01 31330

Sorgenhotline Wien: 01 4000 53000

Die Sorgenhotline Wien ist eine erste Anlaufstelle bei psychosozialen Belastungen für alle Menschen in Wien. Die Hotline bietet telefonische Abklärung, Entlastung und direkte, schnelle Beratung – damit Sorgen, Probleme und Belastungen möglichst nicht zu einer Krise werden! Im Zusammenspiel mit dem Sozialpsychiatrischen Notdienst, der Psychosozialen Information und den Sozialpsychiatrischen Ambulatorien bietet Wien eine 24-Stunden Erreichbarkeit für Menschen in psychosozialen und psychiatrischen Notlagen.