

..... der Landessanitätsdirektion. Die Gemeinde Gilgenberg sowie über 440 andere oberösterreichische Gemeinden beteiligen sich bereits an der Aktion. Alles was zur Verbesserung der Gesundheit beitragen kann, soll unterstützt und gefördert werden. Möglichkeiten gibt es viele.

Jahresschwerpunktthema 2018 - 2019: frauen.leben.gesund

Warum Frauengesundheit?

Zahlreiche Studien belegen, dass Frauen neben den biologischen Unterschieden auch anderen psychosozialen Belastungsfaktoren ausgesetzt sind. Frauen haben deshalb auch andere gesundheitliche Bedürfnisse als Männer. Durch die Zunahme der Erwerbsquote steigt außerdem die Mehrfachbelastung.

Frauen übernehmen oftmals die Verantwortung für die Familie oder die Pflege von Angehörigen und laufen deshalb Gefahr, auf ihre eigene Gesundheit und die eigenen Bedürfnisse zu vergessen.

Besondere Gesundheitsbedürfnisse entstehen auch, da das Leben von Frauen in biologischen Abschnitten verläuft, wie die Entwicklung vom Mädchen zur Frau, zur Mutter und die Wechseljahre. Verbunden damit sind physiologische Veränderungsprozesse und große Anpassungsleistungen.

Frauen/Mädchen...

...nehmen Gesundheit und Krankheiten anders wahr

...sind besonderen Belastungsfaktoren ausgesetzt

...und wollen oder müssen oftmals einem sehr hohen Idealbild entsprechen

...bewerten ihre subjektive Gesundheit schlechter als Männer

...bewegen sich weniger häufig als Männer

Was tun?

Frauen sollen in der Kompetenz für die eigene Gesundheit gestärkt werden um bewusst Entscheidungen für oder gegen gesellschaftliche Rollenbilder und Ereignisse treffen zu können.

Da sich Körperwahrnehmung und die Vorstellung von Gesundheit sehr früh ausbilden und dann das Gesundheitsverhalten beeinflussen, ist es wesentlich, bereits Mädchen dafür zu sensibilisieren.

Mit den Angeboten und Themen in diesem Leitfaden wollen wir Sie als Gesunde Gemeinde bei der Planung von Gesundheitsaktivitäten für Mädchen und Frauen unterstützen.

Quelle: Gesunde Gemeinde Oberösterreich

Weitere Informationen finden sie unter:

www.gesundes-oberoesterreich.at

Jahresschwerpunktthema 2017 - 2018: Sicher auf Schritt und Tritt - Vorbeugung vor Haushalt- und Freizeitunfällen

Über 850.000 Menschen wurden im Jahr 2014 in Österreich bei Unfällen verletzt. Nach wie vor passieren