

# Wohlfühltag

## Präventionsveranstaltung Essstörungen für die 6. Klasse

#Ernährung #Essen #Essstörungen #Jugendliche #Körperzufriedenheit  
#ProMädchen #Pubertät #Selbstwertstärkung #Teenager



Präventionsveranstaltung  
„Wohlfühltag“

Die weibliche Identität und das Selbstwertgefühl sind bei Mädchen in der Pubertät, viel ausgeprägter als bei Jungen, oft eng an das Aussehen geknüpft, das sich häufig an dem heutigen Ideal Dünn = Schön orientiert.

Deshalb liegt der thematische Schwerpunkt der Projektstage nicht in der ausführlichen Information über Symptome und Gefahren von Essstörungen. Vielmehr steht die kritische Auseinandersetzung mit dem heutigen Schönheitsideal, problematischem Essverhalten und dessen Folgen (Diäten, Yo-Yo-Effekt), dem „Schutzverhalten“ in schwierigen Situationen und die Selbstwertstärkung der Mädchen im Vordergrund.

Diese Themen werden in 5 Schulstunden mit ganz unterschiedlichen Methoden erarbeitet.

Angebotsformat

Gruppensetting

|                         |                                                                                                            |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Durchführungsort        | Aufsuchend, Weiterführende Schule                                                                          |
| Stadtbezirk             | SB 1, SB 2, SB 8                                                                                           |
| Stadtteile              | Eller, Flingern-Süd, Stadtmitte                                                                            |
| Zielgruppe              | 11-13 Jahre                                                                                                |
| Teilnehmerzahl          | 7-20, ausschließlich Mädchen der 6. Klassen                                                                |
| Angebot besteht seit    | 2007                                                                                                       |
| Geplante Laufzeit       | Unbefristet                                                                                                |
| Evaluation des Angebots | Ja, durch Wir haben eine Fragebogenaktion mit der Zielgruppe durchgeführt.                                 |
| Trägerkategorie         | Vereine                                                                                                    |
| Träger                  | ProMädchen Mädchenhaus Düsseldorf e. V.<br>Corneliusstr. 68-70<br>40215 Düsseldorf                         |
| Ansprechpartner*in      | Martina Sandkuhl<br>(Beratungs- und Präventionsfachkraft)<br>martinasandkuhl@promaedchen.de<br>0211-487675 |