



Ab und zu



Projektbeschreibung

Das gängige Schönheitsideal macht es Mädchen und Jungen schwer, mit ihrem Körper zufrieden zu sein. Eine starke Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper führt zu verzweifelten Versuchen, ihn diesem Ideal um jeden Preis anzupassen. Diäten und Schlankheitsmittel, aber auch traumatische Erfahrungen wie z.B. sexualisierte Gewalt können ein Einstieg in verschiedene Formen von Essstörungen und Süchte sein.

Mädchen erhalten beim Projekt wichtige Informationen zur Entstehung und Vorbeugung von Essstörungen. Angesetzt sind die Inhalte an persönliche Erfahrungen und Lebensbereiche der Mädchen. Wir nutzen die homogene Arbeit mit den Mädchen und den Gruppenprozess, um in einem geschützten Rahmen zum Thema Essen / Ernährung in der Pubertät zu arbeiten. Zum Einsatz kommen kreative und sexualpädagogische Elemente sowie Visualisierungsübungen und Strategien um Stress abzubauen.

Nach mehrmaliger Durchführung dieses Projekts im Landkreis, ist die Nachfrage von Seiten der Mädchen und jungen Frauen nach wie vor stark. Wir möchten dieser Nachfrage gerne nachkommen und die Projektreihe erneut anbieten.

Projektträger I-Kuh e.V.
Teichstraße 56
79539 Lörrach
Deutschland

Themenfeld **Themenfeld:** [Gesundheit](#)
[Jugendarbeit](#)

Region, Partner **Region:**

- [Lörrach](#)

Partner: [Jugendstiftung Baden-Württemberg](#)

Infos **Zuletzt geändert:** 23.03.2017 - 11:19

Inhaltstyp: projekt

Beitrag Id: 251285

Quell-URL: <https://jugendnetz.de/projekt/ab-und-zu>