

Wie das Geschlecht die Gesundheit beeinflusst.

Der Unterschied im Wartezimmer in der medizinischen Praxis

Neben biologischen Unterschieden spielen geschlechtsbezogene Aspekte eine besondere Rolle im Gesundheits- und Krankheitsverhalten von Frauen und Männern. Die medizinische Forschung und Praxis waren lange nur auf die männlichen Körperfunktionen ausgelegt. Mittlerweile ist erwiesen, dass Frauen bei manchen Erkrankungen andere Symptome haben als Männer. Erforderlich sind daher eine ausführlichere Diagnostik und Behandlung.

Mit der Veranstaltungsreihe will das Netzwerk Frauengesundheit Oberhausen auf das Thema aufmerksam machen, Ansätze zur Prävention aufzeigen und Anregungen für den geschlechtersensiblen Umgang mit der Gesundheit geben.

Auf der Internetseite finden Sie weitere Informationen: www.frauengesundheit-oberhausen.de

Veranstalterinnen

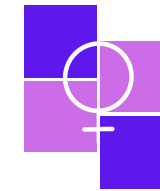
Netzwerk Frauen und Gesundheit Oberhausen

die kurbel | Zentrum für Integration und Bildung (ZIB) Serap Taniş
Gleichstellungsstelle der Stadt Oberhausen Nicole Tewes
Ev. Familien- und Erwachsenenbildungswerk Ute Schroer-Wülbeck
Frauen helfen Frauen e.V. Suna Taniş und Katharina Runkler
Katholische Erwachsenen- und Familienbildung Barbara Deckers-Strehl
pro familia Dr. Christine Gathmann
Volkshochschule Oberhausen Astrid Schröder
Kommunales Integrationszentrum der Stadt Oberhausen Tanja Nößler
Bereich Gesundheit der Stadt Oberhausen Simone Pietrasch-Johimski
Lebenshilfe Oberhausen Andrea Auner

Information unter:
www.frauengesundheit-oberhausen.de



Gestaltung: www.gotoandstop.de
Titelfoto: Studio Romantic / Shutterstock



FRAUENGESUNDHEIT
OBERHAUSEN



Wie das **Geschlecht** die
Gesundheit beeinflusst.

09.04. Frauenherzen schlagen anders!

Dienstag, 09. April 2024, 18.30 - 20.00 Uhr / kostenfrei
VHS Oberhausen, Langemarkstr. 19-21, Raum 330

Referentin: Dr. Simone Laporte, Helios St. Elisabeth Klinik

Hand aufs Herz – hätten Sie es gewusst, dass mehr Frauen an Herzinfarkten sterben als Männer? Die Hauptursache dafür: bei Frauen kündigt sich ein Infarkt anders an und die weiblichen Symptome werden häufig nicht als solche erkannt.

Wie sich die Risikofaktoren bei Frauen und Männern unterscheiden, welche Aufmerksamkeit den körperlichen Warnsignalen entgegengebracht wird und welche Vorsorgemöglichkeiten es gibt, all diesen Fragestellungen wird in der Informationsveranstaltung Raum und Zeit gegeben.



FRAUENGESUNDHEITSTAGE
OBERHAUSEN

2024

14.04. Filmmatinée in der Lichtburg: „Im Himmel trägt man hohe Schuhe“

Sonntag, 14. April 2024, 11.30 Uhr Sektempfang, 12.00 Uhr Film /
Eintritt: 6 Euro / Lichtburg Filmpalast, Elsässer Str. 26

„Im Himmel trägt man hohe Schuhe“ ist ein einzigartiger Film voller Lebenslust und angstfreier Ehrlichkeit. Eine ungeheuer komische und berührende Freundschaftsgeschichte: Zusammen mit den großartigen Darstellerinnen Drew Barrymore und Toni Collette gelingt Regisseurin Catherine Hardwicke ein echtes Meisterstück. Die Tragikomödie lädt zum Lachen, aber auch zum Weinen ein – und man verlässt das Kino mit einem warmen, freudigen Gefühl.

16.04. Schlafapnoe und Schwangerschaft – Gefahr für Mutter und Kind?

Dienstag, 16. April 2024, 16.30 - 17.30 Uhr / kostenfrei
Löwenzahn Erziehungshilfe e.V., Falkensteinstraße 84
Referentin: Prof. Dr. Maritta Orth, Helios St. Elisabeth Klinik
Anmeldung unter: 0208/825-2984 oder
simone.pietrasch-johimski@oberhausen.de

Schlafstörungen bis hin zur Schlafapnoe werden bei Frauen deutlich seltener erkannt und medizinisch behandelt – mit ernststen Folgen, besonders in der Schwangerschaft. Welchen Einfluss eine Schlafapnoe auf die Entwicklung des Kindes hat, wie das Gewicht der Mutter damit zusammenhängt und was man für gesunden Schlaf tun kann, darüber informiert Prof. Dr. Maritta Orth, Chefärztin der Helios St. Elisabeth Klinik in Oberhausen.

17.04. Hysterie – ein klassisches Frauenleiden?

Mittwoch, 17. April 2024, 18.30 - 20.00 Uhr / kostenfrei
VHS Oberhausen, Langemarkstr. 19-21, Raum 330
Referentin: Dr. Christine Gathmann, Ärztin, Paar- und
Sexualtherapeutin, pro familia e.V.

Was verbirgt sich hinter der Bezeichnung Hysterie? Ist es eine Diagnose oder eher eine Beleidigung? Wurde sie als Frauenkrankheit zur patriarchalen Machtausübung erfunden? Ist es eine (eingebildete) Krankheit am „Frau sein“? Oder ein Leiden am Patriarchat? Was hat die Hysterie mit einem Staubsauger zu tun? Kann sie auch Männer befallen?

Diese und weitere Fragen werden mit einem medizinhistorischen Blick durch die feministische Brille betrachtet. Der Bogen spannt sich von Hippokrates und Freud bis zu den Verfassern des ICD 10, ergänzt durch Beispiele aus Film und Literatur.

19.04. „Gesundheit – leicht gemacht!“ eine Fortbildung für Frauen mit Behinderung

Freitag, 19. April, 10.00 - 15.00 Uhr / kostenfrei
Lebenshilfe Oberhausen, Steinbrinkstr. 269
Kursleiterin: Salome Jenny, Gesundheitspädagogin
Anmeldung: 0208 / 302672-20 oder oh@lebenshilfe-oberhausen.de

Was ist wichtig für die Gesundheit von Frauen? Was brauche ich dafür? Was kann ich selbst tun? Darüber sprechen wir. Worauf kann ich beim Essen achten? Welche Bewegungen machen mir Spaß? Das probieren wir zusammen aus. Gemeinsam sammeln wir Ideen für jeden Tag.

22.04. Frauen essen anders - Männer auch!?

Montag, 22. April 2024, 18.30 - 21.30 Uhr / Kursgebühr 22,80 Euro,
inkl. Lebensmittelumlage
Kath. Erwachsenen- und Familienbildung, Lehrküche Schmachtdorf,
Eichendorffstr. 13 / Kursleiter: Clemens te Pas
Anmeldung unter 0208/8599640 oder www.kefb.info

Frauen sind zart, verständnisvoll und tanzen Ballett. Männer sind stark, kompetent und spielen Fußball. Frauen treffen sich zum Kaffeeklatsch, Männer veranstalten Grillabende. Weit verbreitete Geschlechtsstereotype – aber haben sie auch Auswirkungen auf unser Essverhalten? Gesunde Nahrung wie ein Salat wird eher mit Frauen in Verbindung gebracht, Ungesundes wie ein großes Steak mit Männern. Stimmen all diese (Vor)Urteile? Darüber und über vieles mehr soll an diesem Abend gesprochen werden – in der Küche, bei köstlichen Rezepten und bester Stimmung.

Bitte versorgen Sie sich für die Kurse mit eigenen Getränken. Für eventuell anfallende Reste bringen Sie bitte geeignete Plastikdosen mit.

23.04. Hormone - wie sie Mädchen und Frauen in den unterschiedlichen Lebensphasen beeinflussen

Dienstag, 23. April 2024, 18.00 Uhr / kostenfrei
Frauenberatungsstelle Oberhausen, Helmholtzstr. 48
Referentin: Dr. Christine Gathmann, pro familia Oberhausen e.V.
Anmeldung unter 0208/209707 oder info@fbst-ob.de

Hormone beeinflussen das Leben von Frauen stärker als das von Männern. Wir sind Schwankungen unterworfen, von der Pubertät über Schwangerschaft oder Verhütung bis hin zu den Wechseljahren. Dieser Vortrag soll die physiologischen Abläufe erläutern und helfen, mit den normalen Schwankungen gelassener umzugehen und die Phasen hormonellen Ungleichgewichts besser zu bewältigen.

08.05. Café unterwegs – Interkulturelles Frauen- café: „Wenn die weibliche Seele sich meldet“

Mittwoch, 08. Mai 2024, 17.00 – 18.30 Uhr / kostenfrei
VHS Oberhausen, Langemarkstr. 19-21, Raum 329
Anmeldung unter 0208/9942477 (Sekretariat ZIB - die kurbel)

Viele Faktoren können das Leben außer Balance geraten lassen – was sich seelisch bemerkbar macht. Physische und psychische Gesundheit lässt sich nicht voneinander trennen. Gerade Frauen sind von seelischen Belastungen anders betroffen als Männer. Ist dann auch noch die eigene Lebensgeschichte von Traumata geprägt, kann das die Seele im Übermaß belasten.

Im Café Unterwegs bietet sich die Gelegenheit, darüber bei einer Tasse Kaffee oder Tee ins Gespräch zu kommen. Zudem werden Techniken zum Umgang mit Belastungen im Alltag vorgestellt.

14.05. Aktiv gegen Brustkrebs – Selbstuntersuchungskurs der Brust

Dienstag, 14. Mai 2024, 15.00, 16.00 und 17.00 Uhr / kostenfrei
ZIB - die kurbel im Kolpinghaus, Paul-Reusch-Straße 66
Anmeldung unter 0208/99424-77 oder
per E-Mail: s.tanis@die-kurbel-oberhausen.de
Die Teilnahme ist nur nach Anmeldung mit Nennung der Wunschzeit möglich!

Jährlich erkranken in Deutschland fast 72.000 Frauen an Brustkrebs. Je früher die Krankheit diagnostiziert wird, desto größer sind die Heilungschancen. Die Breast Care Nurse Helga Steines zeigt interessierten Frauen anhand von Brustmodellen, wie man mit einfachen Techniken die Brust untersuchen kann. Vor allem aber geht es darum, den Frauen die Scheu vor der Selbstuntersuchung zu nehmen. Sprachmittlerinnen sind vor Ort, so dass eine Erklärung der Techniken auch in anderen Sprachen möglich sein wird.

28.05. Walk and Talk “Frauen und Gesundheit - Start in eine gesunde Zukunft!”

Dienstag, 28. Mai 2024, 16.30 bis 18.00 Uhr / kostenfrei
Treffpunkt: Sport- und Freizeitanlage SSB, Lindnerstr. 2b

Entdecken Sie mit uns die Kraft der Bewegung und den inspirierenden Austausch rund um das Thema Gesundheit. Nehmen Sie an unserem Walk and Talk teil und erleben Sie eine einzigartige Gelegenheit, sich in der Natur zu bewegen, neue Kontakte zu knüpfen und wertvolle Informationen zu erhalten. Das Netzwerk Frauengesundheit und Expertinnen auf dem Gebiet der Gesundheit laufen mit und stehen Ihnen mit wertvollen Tipps zur Verfügung.