

Frauen  
Lebensqualität  
Klimakterium  
Auszeit  
Stress  
Resilienz  
**STILLEN**  
ENDOMETRIUM  
Schwangerschaft  
ZEITMANAGEMENT  
Biologisches  
Geschlecht

# Einladung zum Symposium

## Frauengesundheit



**Dienstag,  
14.11.2023  
ab 14 Uhr**  
Lakeside Spitz  
Gebäude B11  
Klagenfurt a.W.

Eine Initiative der Gesundheitsreferentin Dr.<sup>in</sup> Beate Prettnner

Anmeldung unter:  
<https://anmeldung.gesundheitsland.at/>



**Veranstalterin**

**Amt der Kärntner Landesregierung**  
Abteilung 5 - Gesundheit und Pflege  
Gesundheitsförderung

Bahnhofplatz 5/2. Stock  
9020 Klagenfurt am Wörthersee

T: 050 536 15132  
[www.gesundheitsland.at](http://www.gesundheitsland.at)



# SYMPOSIUM

## gesund.stark.frau.

In Kooperation mit dem Sportreferat des Landes Kärnten

Frauen unterscheiden sich häufig in ihrem Gesundheitsverhalten und ihren Krankheitsverläufen von Männern. Sie leben länger, verbringen aber weniger Lebensjahre in guter Gesundheit. Die Gesundheit von Frauen ist abhängig von individuellen, gesellschaftlichen, sozialen und biologischen Einflussfaktoren. Zudem sind Frauen von sozioökonomischen Gesundheitsdeterminanten, insbesondere Armut, deutlich stärker betroffen als Männer.

Das Symposium gesund.stark.frau. zeigt Aspekte der Frauengesundheit auf und bietet einen Austausch über frauenspezifische Gesundheitsförderung.

## PROGRAMM 2023

Moderation: Martina Klementin

- 14:00 Uhr** **BEGRÜSSUNG**  
Gesundheitsreferentin  
LR<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Beate Prettner  
UAL<sup>in</sup> Sarah Pucker, BA MA,  
Gesundheitsförderung Land Kärnten
- 14:20 Uhr** **VORTRAG**  
**Dr.<sup>in</sup> Beate Wimmer-Puchinger**  
„Gesundheit hat ein Geschlecht“
- 14:50 Uhr** **VORTRAG**  
**OÄ<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Ellen Auer-Welsbach**  
„Ich kann erst dann glücklich sein, wenn ich perfekt bin - Die Beeinflussung des Körperbildes durch Social Media“
- 15:20 Uhr** **Pause**
- 15:40 Uhr** **VORTRAG**  
**Mag.<sup>a</sup> Claudia Koller**  
„Zeit für mehr Ausgleich.  
Genderbalance im Sport“



- 16:10 Uhr** **VORTRAG**  
**Mag.<sup>a</sup> Carmen Petutschnig**  
„Selbstbewusst und achtsam: Wege zu einer gesunden Frauenwelt“
- 16:35 Uhr** **VORTRAG**  
**Heidmarie Jandl, MEd.**  
„Entspannt(er) durch die Wechseljahre: Erfahrungen und Strategien aus Frauengesundheits-Workshops kombiniert mit Berufspraxis im Krankenhaus“
- 17:00 Uhr** **Ausklang und Einladung zum Netzwerken**

## REFERENTINNEN

### Dr.<sup>in</sup> Beate Wimmer-Puchinger

Psychologin, wissenschaftliche Leiterin des Ludwig-Boltzmann-Instituts für Frauengesundheitsforschung - eine Pionierin der Frauengesundheit in Österreich. Sie veröffentlichte den 1. Österreichischen Frauengesundheitsbericht und legte damit einen wesentlichen Grundstein für die weitere Auseinandersetzung mit gesundheitlichen Anliegen von Frauen allgemein, sowie speziell mit solchen in prekären Situationen.

### OÄ<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Ellen Auer-Welsbach

Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapeutische Medizin und seit vielen Jahren an der Abteilung Neurologie und Psychiatrie des Kindes- und Jugendalters im Klinikum Klagenfurt als Oberärztin tätig. Unter anderem ist sie Psychotherapeutin mit einer Zusatzausbildung im Bereich der systemischen Familientherapie und absolvierte zudem eine Ausbildung im Bereich des Health Care Managements.

### Mag.<sup>a</sup> Claudia Koller

Geschäftsführerin des Vereins 100% Sport - österreichisches Zentrum für Genderkompetenz und SAFE SPORT. Die studierte Sportwissenschaftlerin, mit einem Master in Genderstudies, ist Lehrbeauftragte im BSPA Trainer\*innen Grundkurs, Universitätslektorin und Referentin für Prävention sexualisierter Gewalt.

### Mag.<sup>a</sup> Carmen Petutschnig

Sozialpädagogin, Lebens- und Sozialberaterin, Drehungen-Trainerin, Mental-Health-Coachin, Achtsamkeitstrainerin. Schwerpunkt: Stärkung von Mädchen und Frauen. Ihr Leitsatz lautet „Ich möchte Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg zu einem selbstbestimmten Leben begleiten, sie begeistern und stärken!“

### Heidmarie Jandl, MEd.

Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin mit langjähriger Berufserfahrung am Klinikum Klagenfurt. Gesundheits- und Pflegepädagogin mit Schwerpunkt Frauengesundheit - Klimakterium. Schlaf- und Resilienz Trainerin, Vortragende und Buchautorin.

