

Aus Rollenerwartungen und Reaktionsmustern entstehen Stressfaktoren, die psychische und neurobiologische Prozesse im Körper auslösen und Überbelastung signalisieren. „Work-Life-Balance“ ist somit ein aktuelles Thema vieler Mädchen und junger Frauen. Die Fachtagung beleuchtet fachgebietsübergreifend geschlechtsspezifische Facetten von Stress und seine oft schmerzhaften Auswirkungen, Reduzierung und Kompensation von Stress, persönliche Achtsamkeit und Resilienzbildung sowie Ansatzpunkte, Möglichkeiten und Grenzen für die pädagogische Praxis. Die Veranstaltung versteht sich zudem als Plattform des fachlichen Austausches und Diskurses.

## Zielgruppe

Mitarbeiter\*innen aus der Jugendarbeit und weitere Interessierte.

## Veranstaltungsort

**Jugendmedienzentrum Connect  
und Kulturcafé Zett9 im OTTO**

Theresienstraße 9 (Eingang Ottostraße), 90762 Fürth  
www.connect-fuerth.de und www.zett9.de  
Fon Connect: 09 11 / 810 98 32 (Andrea Brandl)  
Fon Zett9: 09 11 / 741 85 25 (Linda Nägele)

### Öffentliche Verkehrsmittel

Fünf Minuten Fußweg vom Fürther Hauptbahnhof.  
Auf dem Gelände stehen keine Parkplätze zur Verfügung!

## Veranstalterinnen

Stadtjugendring Fürth in Kooperation mit:

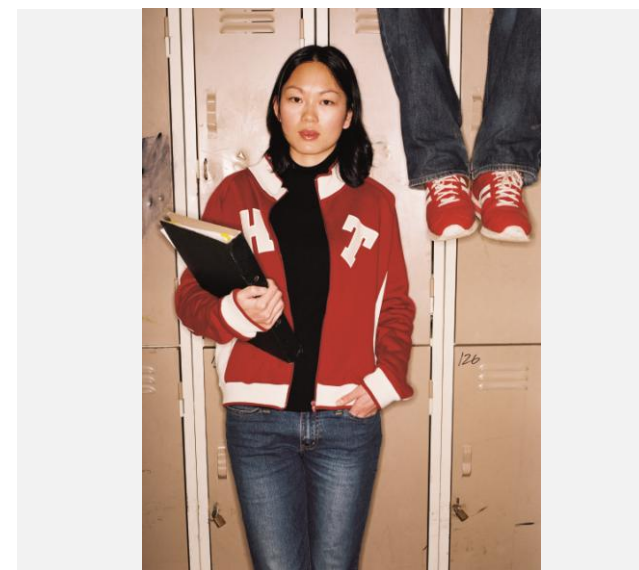


- **Linda Nägele**, Kulturcafé Zett9, Stadt Fürth
- **Andrea Brandl**,  
Jugendmedienzentrum Connect, Stadt Fürth
- **Martina Neulinger/Kathrin Steinmann**,  
JaS, Stadt Fürth
- **Julia Kramer**, Gesundheitsamt, Landratsamt Fürth
- **Katharina Kunze**,  
Gleichstellungsbeauftragte, Stadt Erlangen
- **Nine Kandler**,  
Regionalleiterin, Jugendsozialarbeit an Schulen,  
Jugendamt, Stadt Nürnberg
- **Simone Herold**,  
Abteilungsleiterin, Jugendamt, Stadt Nürnberg

Mit Unterstützung des **BEZIRKS JUGENDRING MITTELFRANKEN**

## Immer dieser Mädchenkram

## Work-Life-Balance von Mädchen



**Dienstag, 24. Oktober 2017  
9 bis 17 Uhr**

**im Jugendmedienzentrum Connect  
und Kulturcafé Zett9 im OTTO, Fürth**

**Bitte bis spätestens 06.10.2017 zurück an:**

**Kulturcafé Zett9  
Theresienstraße 9  
90762 Fürth**

**gerne auch per Fax: 0911/810 41 00  
oder E-Mail: linda.naegele@zett9.de**



# Programm

## 09.00 Ankommen und Anmeldung

### 09.30 Begrüßung – Eröffnung

durch die Frauenbeauftragte der Stadt Nürnberg und die Veranstalterinnen, Grußwort des Stadtjugendrings Fürth.

### 09.45 Vortrag

**„Das Gute an der Pubertät ist, dass man sie nur einmal erlebt - Identitätsentwicklung und Gesundheit von Mädchen in der Pubertät“**

Die Pubertät ist eine spannende Zeit, voller Herausforderungen und Entwicklungsaufgaben. Mädchen sind darin mit hohen Fremd- und Eigenerwartungen konfrontiert und stehen unter Druck. Sie wollen schön, schlank, beliebt sein, in der Schule erfolgreich und mit nichts Probleme haben. Obschon sich Mädchen häufig selbstbewusst zeigen und ihren Weg gehen, ist ein gelingender Umgang mit diesen Herausforderungen ein fragiler Prozess, der einer positiven Unterstützung durch Erziehende und Pädagog\*innen bedarf.

**Dagmar Preiß**, Sozialwissenschaftlerin (M.A.), Systemische Therapeutin und Coach (SG), Mitarbeiterin im Mädchen-gesundheitsladen, GesundheitsLaden e.V. Stuttgart

## 11.15 Pause – Aufbau World Cafe

### 11.30 World Cafe

An vier Tischen werden im 15-Minuten-Takt der kollegiale Austausch zu den Themen „Achtsamkeit“, „Hoher Druck und psychosomatische Symptome“, „Peer-to-Peer-Beratung/Unterstützung“ und „Resilienz“ gepflegt und Impulse gesammelt. Statements werden jeweils zu einem Gesamtbild zusammengestellt.

## 12.30 Entspannungsübung, die Spaß macht

## 12.45 Mittagspause – für feine Verpflegung ist gesorgt

## 13.30 Panels Runde 1

## 14.45 Wechsel der Panels

## 15.00 Panels Runde 2

## 16.30 Plenum – Austausch zu den Panels und ein besonderer Abschluss

## 17.00 Tagungsende

# Panels

## Panels – Runde 1 + 2

### Panel 1 - Multimodale Schmerztherapie bei Kindern und Jugendlichen

Manche Kinder/Jugendliche haben starke oder häufige Schmerzen, die sie sehr belasten. In multimodaler Gruppentherapie lernen sie, diese in den Griff zu bekommen, Häufigkeit, Stärke und Belastung im Alltag zu verringern.

**Dr. med. Chara Gravou-Apostolatou**, Universitätsklinikum Erlangen, Kinder- und Jugendklinik, Kinderschmerztherapie

### Panel 2 - Resilienz in Theorie und Praxis

Das Konzept der Resilienz wird zunächst allgemein und anschließend auf Mädchen bezogen betrachtet. Als Beispiel für Resilienzförderung in der Kita wird das Projekt „ReSi – Resilienz und Sicherheit“ vorgestellt.

**Prof. Dr. Simone Pfeffer**, TH Nürnberg; Schwerpunkte in Lehre und Forschung: Erziehung, Bildung, Gesundheit, Prävention, Resilienz, sozial-emotionale Kompetenzen, Soziale Arbeit mit Mädchen und Frauen

### Panel 3 - Total gestresst oder ganz relaxt?

Die zunehmende Pluralisierung, Individualisierung und Medialisierung kann für Mädchen einen hohen (Leistungs-) Druck bedingen. Einen achtsamen Umgang mit sich und dem Körper zu finden, ist deshalb für sie eine permanente Herausforderung.

**Dagmar Preiß**, Sozialwissenschaftlerin (M.A.), Systemische Therapeutin und Coach (SG), Mitarbeiterin im Mädchengesundheitsladen, GesundheitsLaden e.V. Stuttgart

### Panel 4 - Online-Beratung nach Peer-to-Peer-Ansatz

[U25] ist eine Onlineberatung, in der speziell ausgebildete Jugendliche (Peer to Peer-Ansatz) Jugendliche in Krisen anonym per Mail begleiten. Fallbeispiele, Diskussion und Fragen bringen dieses besondere Projekt näher.

#### Jugendliche/junge Erwachsene (Peers)

**Jennifer Catsam**, Dipl. Soz.-Päd. (FH), Teamleiterin [U25], Caritas Nürnberg

**Klaus Weckwerth**, Dipl. Soz.-Päd. (FH), Projektleiter [U25], Caritas Nürnberg

# Anmeldung

## zur Fachtagung

## Immer dieser Mädchenkram

## Work-Life-Balance von Mädchen

## Dienstag, 24. Oktober 2017, 9 bis 17 Uhr

**Die Teilnehmer\*innenzahl ist begrenzt, bitte schnell, spätestens bis 06.10.2017, mit diesem Formular anmelden! Sollte die Tagung ausgebucht sein, benachrichtigen wir Sie.**

### So wird die Anmeldung wirksam:

- Bitte die Gebühr in Höhe von 25 € unter Angabe des Stichworts „Mädchenfachtag 2017“ und Ihres Namens bis zum 06.10.2017 auf folgendes Konto überweisen:  
Empfänger: Stadt Fürth, Jugendamt  
IBAN: DE93 7625 0000 0000 0000 18  
BIC: BYLADEM1SFU, Sparkasse Fürth.
- Nach Eingang der Teilnahmegebühr wird eine Anmeldebestätigung versendet. Ohne Anmeldebestätigung ist die Teilnahme nicht möglich.
- Bei der Tagung gibt es eine Quittung und eine Teilnahmebestätigung.

### Absagen:

Nach wirksamer Anmeldung fällt bei unentschuldigter Nichtteilnahme bzw. Entschuldigung später als drei Tage vor Veranstaltungsbeginn eine Ausfallgebühr in Höhe der Teilnahmegebühr an.

### Bild-, Ton- und Filmaufnahmen:

Bei dieser Veranstaltung können Bild-, Ton- und Filmaufnahmen entstehen, die gespeichert und veröffentlicht werden. Mit der Teilnahme an der Veranstaltung stimmen Sie der Veröffentlichung dieser Aufnahmen zu.

### Ihr Wunsch-Panel:

Priorität 1	Priorität 2	Priorität 3
Panel _____	Panel _____	Panel _____

Die Vergabe der Panels richtet sich nach Eingang der Anmeldung.

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Institution \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ und Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_