

„MÄDCHEN STÄRKEN.“

Ein neues Projekt des Frauengesundheitszentrums Regensburg

VON PAULA THOMA UND TERESA KUTZNER



Im Frühjahr 2025 startet das Frauengesundheitszentrum Regensburg ein richtungsweisendes Projekt, das speziell auf die Bedürfnisse von Mädchen im Alter von 9 bis 17 Jahren ausgerichtet ist. Unter dem Titel „Mädchen stärken.“ gibt es ein Jahr lang einen geschützten Rahmen, in dem Mädchen die Möglichkeit erhalten, zentrale Themen wie Körperwissen, Körperakzeptanz, Selbstbe-

wusstsein, Sexualität und Medienkompetenz zu entdecken und zu vertiefen. Das Ziel des Projekts ist es, Mädchen dabei zu unterstützen, ihren Alltag selbstbewusst zu meistern, als starke Individuen heranzuwachsen und aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Mithilfe von kreativen und altersgerechten Workshops wird ein Raum geschaffen, der sowohl Austausch als auch praktisches Erleben ermöglicht. Dabei steht die Förderung von Gesundheitskompetenz ebenso im Mittelpunkt wie die Stärkung persönlicher Ressourcen, die Mädchen helfen, Herausforderungen zu bewältigen und ein positives Selbstbild zu entwickeln. Dank der Förderungen von Aktion Kinderbaum, der Heidehof Stiftung und Spenden unter anderem von der Stiftung für junge Impulse können die Workshops und Angebote kostenfrei durchgeführt werden. Neben Veranstaltungen in den Räumen des Frauengesundheitszentrums werden daher auch Angebote direkt in Kooperation mit Jugendzentren, Schulen und anderen Einrichtungen der Jugendhilfe umgesetzt. Diese aufsuchende Arbeit ist ein zentraler Bestandteil des Projekts und ermöglicht es, Mädchen dort zu erreichen, wo sie sich im Alltag aufhalten.

WARUM „MÄDCHEN STÄRKEN.“?

Mädchen wachsen in einer Gesellschaft auf, die von Geschlechterrollen und stereotypen Zuschreibungen geprägt ist. Häufig fehlt es an spezifischen Angeboten, die ihre besonderen Bedürfnisse aufgreifen. Insbesondere die Pubertät ist eine prägende Phase, in der

Mädchen lernen müssen, mit körperlichen Veränderungen, gesellschaftlichen Erwartungen und psychischen Herausforderungen umzugehen. Das Projekt „Mädchen stärken.“ schließt eine wichtige Lücke, indem es Mädchen auf diesem Weg begleitet und sie befähigt, mit gestärktem Selbstvertrauen ihren eigenen Platz in der Gesellschaft zu finden. Einrichtungen, die Interesse an einer Zusammenarbeit haben, sind herzlich eingeladen, sich an das Frauengesundheitszentrum zu wenden. Gemeinsam können wir sicherstellen, dass möglichst viele Mädchen von diesem Angebot profitieren.



MEHR INFOS

www.fgz-regensburg.de/maedchen
Kontaktieren Sie uns gerne unter fgz-maedchen@gmx.de.

RATHAUS KONZERTE

STADT
REGENSBURG

U30* – AKTION

HERBST 2025

28. SEPTEMBER 2025 — 19:30 UHR
MÄDCHENCHOR
DOMSPATZEN

09. OKTOBER 2025 — 19:30 UHR
MAXJOSEPH —
NEUE VOLKSMUSIK, „NAU“

02. NOVEMBER 2025 — 19:30 UHR
MÜNCHNER
BACHFEST-ENSEMBLE
SOULISTEN UND CHOR DER KLANGO-
VERWALTUNG, HANSJÖRG ALBRECHT —
„MIT FAUKEN & TROMPETEN“

FRÜHJAHR 2026

08. MAI 2026 — 19:30 UHR
THE MUNICH
HARMONISTS

28. JUNI 2026 — 19:30 UHR
CHRISTIAN BENNING
PERCUSSION GROUP
„BEATHOVEN“

* KINDER, SCHÜLERINNEN,
SCHÜLER UND STUDIERENDE BIS 29 JAHRE
IN BEIDEN KATEGORIEN: 10 EURO

ALLE TICKETS ONLINE UNTER:
WWW.REGENSBURG.DE/RATHAUSKONZERTE