

# Frauen und Gesundheit

Zum vierten Mal in Folge präsentieren wir Ihnen spannende Themen rund um die Gesundheit von Frauen.

Wir stellen Ihnen das Projekt „Medizinische Soforthilfe nach Vergewaltigung“ vor, das es betroffenen Frauen und Mädchen in Ludwigshafen und im Rhein-Pfalz-Kreis ermöglicht, sich in vertrauensvoller Atmosphäre im Klinikum Ludwigshafen untersuchen zu lassen und Hilfe zu bekommen.

Dem Zusammenhang zwischen Perfektionsanspruch und Depression geht die Psychotherapeutin Regine Faßhold nach.

Dr. Karin Lachenmeir greift das Thema „Essstörungen“ auf. Insbesondere während der Corona-Pandemie war ein deutlicher Zuwachs dieser Erkrankung bei Jugendlichen zu verzeichnen.

Den Abschluss unserer WebTalk Reihe bildet der Vortrag der Hirnforscherin Bettina Pfeleiderer: Was macht unser Gehirn glücklich – und welchen Einfluss hat unser Geschlecht?

Wir freuen uns auf die Beiträge von vier außergewöhnlichen Frauen, Expertinnen ihres Faches und auf die Diskussion mit Ihnen!

Ulrike Gentner  
Direktorin Bildung HPH

Birgit Meid-Kappner  
Leitung Zefog HPH

Birgit Löwer  
Gleichstellungsbeauftragte  
Stadt Frankenthal (Pfalz)

Tamara Niemes  
Gleichstellungsbeauftragte  
Stadt Ludwigshafen

Christine Stuck  
Bildungsreferentin  
Akademie für Frauen

Kornelia Tildmann  
Gleichstellungsbeauftragte  
Rhein-Pfalz-Kreis

## Veranstalter:

Heinrich Pesch Haus in Kooperation mit den Gleichstellungsstellen der Städte Ludwigshafen (Rhein), Frankenthal (Pfalz) und des Rhein-Pfalz-Kreises

## Veranstaltungsformat:

Online-Veranstaltung (MS Teams)

## Leitung:

Birgit Meid-Kappner

## Anmeldung und Service:

Tel.: 0621 5999 – 175

E-Mail: [anmeldung@hph.kirche.org](mailto:anmeldung@hph.kirche.org)

Wir bitten um Anmeldung aus organisatorischen Gründen bis jeweils 3 Tage vor Veranstaltungsbeginn.

## Kostenbeitrag:

frei, Spende erbeten

<https://heinrich-pesch-haus.de/spenden/>

## Spendenkonto:

Heinrich Pesch Haus, Bildungszentrum Ludwigshafen e.V.  
IBAN: DE 96 7509 0300 0000 0560 14  
(Liga Bank eG Speyer)

Fördermittel beim Land Rheinland-Pfalz wurden beantragt.



## Heinrich Pesch Haus

Katholische Akademie Rhein-Neckar  
Frankenthaler Straße 229 | 67059 Ludwigshafen  
Tel.: 0621 5999 – 0  
E-Mail: [info@heinrich-pesch-haus.de](mailto:info@heinrich-pesch-haus.de)



Entdecken Sie das Heinrich Pesch Haus bei Facebook:  
[facebook.com/HeinrichPeschHaus](https://facebook.com/HeinrichPeschHaus)

[www.heinrich-pesch-haus.de](http://www.heinrich-pesch-haus.de)

Ludwigshafen  
Stadt am Rhein

Akademie  
für FRAUEN

Stadt  
FRANKENTHAL (Pfalz)

KEB

Rhein-Pfalz-Kreis  
Da spriegt die Vorderpfalz

zefog  
ethisch gut beraten

# Frauen und Gesundheit

Oktober 2023 bis Februar 2024



Foto: © iStock/SD Productions

# Frauen und Gesundheit

## WebTalk-Reihe

Donnerstag, 12.10.2023, 19–20.30 Uhr

### Medizinische Soforthilfe nach Vergewaltigung

Seit Dezember 2022 gibt es in Ludwigshafen – als einem von 6 Standorten in Rheinland-Pfalz – die Möglichkeit, sich im Klinikum Ludwigshafen nach einer Vergewaltigung medizinisch versorgen zu lassen. Und zwar unabhängig davon, ob eine Strafanzeige gestellt werden soll oder nicht. Sie erhalten einen Einblick in das Projekt und erfahren, wer zu welchem Zeitpunkt und an welchem Ort Unterstützung erhalten kann. Im Anschluss wird es Raum für Fragen und Diskussion geben.

**Caroline Bonhage** ist hauptamtliche Mitarbeiterin bei Wildwasser und Notruf Ludwigshafen e. V. – einer Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Mädchen\* und Frauen\*, die mit der Unterstützung vieler Kooperationspartner\*innen das Projekt in Ludwigshafen implementiert hat.



Dienstag, 28.11.2023, 19–20.30 Uhr

### Perfektionismus und Depression – warum es sich lohnt, perfekt unperfekt zu sein

Jeden Text zigmal durchlesen, bevor er gesendet wird? Die Bluse hat eine kaum sichtbare Falte, doch weil ich das weiß, schäme ich mich deswegen den ganzen Tag lang?

(Dysfunktionaler) Perfektionismus gaukelt vor, „Gutes zu tun“, birgt jedoch gesundheitliche Risiken. Aufgrund des

ständigen Drangs nach Bestleistung laufen Perfektionist\*innen Gefahr, ein Erschöpfungssyndrom zu entwickeln. Perfektionistische Grundhaltungen werden mit psychischen Erkrankungen wie Depression, Angststörungen, Zwangserkrankungen und Essstörungen in Verbindung gebracht.



**Regine Faßhold** ist Diplom-Psychologin, approbierte Psychologische Psychotherapeutin und akkreditierte Supervisorin in Verhaltenstherapie. Neben ihrer psychotherapeutischen Praxis ist sie als Dozentin in der medizinischen Ausbildung tätig. Sie ist Mitglied im Vorstand der WIESE e. V. und des Essener Bündnis gegen Depression.

Donnerstag, 25.01.2024, 19–20.30 Uhr

### Wenn Essen zur Qual wird: Essstörungen erkennen und behandeln

Essstörungen sind schwerwiegende, oft chronisch verlaufende Erkrankungen. Sie beginnen meist im Jugendalter. Frauen sind zehn- bis zwölfmal häufiger betroffen als Männer. Die Ursachen sind vielfältig. Neben genetischen und individuellen Faktoren spielen auch familiäre und gesellschaftliche Einflüsse bei der Entstehung dieser Erkrankung eine wichtige Rolle. Insbesondere während der Corona-Pandemie war ein deutlicher Zuwachs an Essstörungen unter Jugendlichen zu verzeichnen. Für die Betroffenen selbst, aber auch für deren Angehörige beginnt oft ein jahrelanger Leidensweg. Wo verläuft die Grenze zwischen „normalem“ Essverhalten und „krankhaftem“ Essverhalten? Was können Angehörige tun, wenn sie eine Essstörung vermuten, sich aber unsicher sind? Wohin können sich betroffene Frauen und Mädchen wenden, wenn sie Hilfe brauchen? Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

**Dr. Karin Lachenmeir** ist Psychologische Psychotherapeutin und seit über zwanzig Jahren Leiterin des TCE – Therapie-Centrums für Essstörungen am Klinikum Dritter Orden in München. In der Tagklinik mit angegliederten therapeutischen Wohngemeinschaften werden Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 12 und 25 Jahren behandelt, die an einer Essstörung leiden.



Montag, 26.02.2024, 19–20.30 Uhr

### Was macht unser Gehirn glücklich – und welchen Einfluss hat unser Geschlecht?

Wir alle streben nach Glück. Denn Glück ist ein Zustand, der angenehm ist und immer wieder von uns Menschen erreicht werden will. Was uns glücklich macht, ist jedoch individuell verschieden und in den unterschiedlichen Lebensphasen mehr oder weniger intensiv ausgeprägt. Dass dabei nicht nur die äußeren Umstände und die eigene psychische Verfasstheit eine entscheidende Rolle spielen, sondern auch geschlechtsspezifische Faktoren und Hormone, ist wenig bekannt.



Foto © @UKM

**Prof. in Dr. med. Dr. rer. nat. Bettina Pfeiderer** arbeitet als Hirnforscherin an der Klinik für Radiologie am Universitätsklinikum Münster und leitet dort die Arbeitsgruppe Cognition & Gender. Ihre Schwerpunkte sind u. a. geschlechtersensible Medizin und häusliche Gewalt. Sie war von 2016–2019 Präsidentin des Weltärztinnenbundes.

# Frauen und Gesundheit

