

# Frauengesundheitstreff Tenever (FGT)



Koblenzer Straße 3A  
28325 Bremen

Telefon: 0421/ 40 17 28  
FGT@gmx.net

# Tenever

- Hochhaussiedlung mit 10 000 Menschen
- 70 % sind MigrantInnen aus über 70 Nationen
- Ein Viertel der BewohnerInnen sind unter 18 Jahre
- Arbeitslosigkeit liegt bei etwa 30 %, bei den Zugewanderten ist jeder Zweite arbeitslos

# Frauengesundheitstreff Tenever (FGT)

Frauengesundheitsförderung im Stadtteil

Das FGT arbeitet

- mit einem ganzheitlichen Gesundheitsverständnis
- ressourcenorientierter Ansatz
- an den Bedürfnissen der Nutzerinnen ausgerichtet
- niedrigschwellige Angebote

Wichtige Prinzipien:

- Partizipation
- Empowerment
- Innovation und Nachhaltigkeit

# Angebote des FGT

- Offene Treffen
- Gesprächsrunden
- Deutsch- und Alphabetisierungskurse
- Bewegungsangebote
- ein monatlicher Frauenschwimmtag
- Internationale Suppe
- Kreativangebote
- Ausflüge
- Fahrradlernkurse
- Koch- und Ernährungskurse
- psychosoziale Beratung
- Ehrenamtliche

# Internationaler Koch- und Ernährungskurs

- mit Kinderbetreuung
- Grundlagen der Ernährung:
  - Ernährungspyramide
  - Kinder- und Säuglingsernährung
  - Ayurvedische Prinzipien und Küche
- eigene Kochrezepte und Alternativzutaten
- Einkauf und Preisvergleich
- gemeinsam kochen, essen und genießen

# Schwimmnachmittage für Frauen und Mädchen

- Jalousien vor den Fenstern und nur weibliches Aufsichtspersonal
- muslimische Frauen und Mädchen aus ganz Bremen
- Frauen, die nicht dem gängigen Schönheitsideal entsprechen

# Integrationskurse mit Gesundheitsförderung

- Spracherwerb anknüpfend am Alltagserleben
- Austausch über Gesundheits- und Krankheitsverständnis
- Wissensvermittlung über unser Gesundheits- und Sozialsystem
- Kinderärztin und Gynäkologin berichten in einfacher Sprache
- Erkundungen im Stadtteil und der Einrichtungen

# Türkische Mädchengruppe

- Selbstbestimmung und Selbstbewusstsein fördern
- Gemeinschaft und Solidarität untereinander erleben
- Ausflüge und andere Aktivitäten

# Vielen Dank für Ihr Interesse

## **Frauengesundheitstreff Tenever**



Koblenzer Straße 3A  
28325 Bremen

Telefon 0421 / 40 17 28  
Email [FGT@gmx.net](mailto:FGT@gmx.net)