

Jahresbericht

2024

FRAUENGESUNDHEITSZENTRUM SIRONA E. V.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung.....	2
Mitfrauenentwicklung.....	3
Durchgeführte Vereinsveranstaltungen	3
Filmdreh professionelle Videofilme	4
Vernetzungsarbeit der Geschäftsführung.....	4
Projekte.....	5
Projekt Geburt anders als erhofft	5
Projekt Service Stelle zur Versorgung mit Hebammenleistung in der Nachsorge	5
Gremienarbeit	6
AK Frauen und Mädchenpolitik Wiesbaden.....	6
Paritätische Kreisgruppentreffen	6
Frauenkommunikationszentrum KOMZ e.V.....	6
Netzwerk Baby	7
Netzwerk FGMC.....	7
Runder Tisch Frauengesundheit	7
Netzwerk Stille Geburt.....	7
6. Interprofessioneller Arbeitskreis Pränataldiagnostik Donum Vitae	7
Bundesweite Gremien	7
AKF https://www.arbeitskreis-frauengesundheit.de/	7
Bundesverband der Frauengesundheitszentren.....	8
Nationales Netzwerk Frauengesundheit.....	8
Patientinnensprecherin Gemeinsamer Bundesausschuss	8
Öffentlichkeitsarbeit	8
Kurs- und Beratungsangebote.....	9
Zusammenarbeit mit anderen Projekten	9
SIRONA und andere Vereine – alle unter einem Dach	9
Frauenwelten.....	9
Lajna Imaillah – Frauenorganisation der Ahmadiyya Muslim Jamaat	9
Verwaltung und Weiterentwicklung.....	10
Praktikantinnen.....	10
Verwaltung	10

Plenen in Sirona	10
Finanzbericht.....	10
Struktur des Vereins bis zum 31.3.2025	10
Überblick Zusammensetzung Vorstandsfrauen Juni 2024	11
Geplante Projekte und Aktivitäten für 2025	11



Die Gründerinnen 1994

Einleitung

Willkommen im Jahr 2024. Unser 30stes Jahr.

Eines der wichtigsten Lernfelder in diesem Jahr war weiterhin die Bedeutung von psychosozialen Stress und Belastungen des neuroimmunologischen Immunsystems, manchmal als Folge von traumatischen Ereignissen in der eigenen Lebensgeschichte und/oder im Zusammenhang mit aktuellen Ereignissen, der Notwendigkeit von Bindung, intensiveren Kontaktmöglichkeiten und Austausch.

So hat uns im Jahr 2024 die finanzielle Krise nach Corona doch noch erreicht. Das erfolgreiche Projekt „Geburt anders als erhofft“ musste Ende des Jahres reduziert und Anfang 2025 gestoppt werden.

Die Verarbeitung von Trauma, psychosomatisch und psychoneuroimmunologisch, begleitet uns weiterhin in fast allen Kursangeboten und Beratungen des Frauengesundheitszentrums SIRONA.

Unsere Geschäftsführerin Rona Größler schloss bei Verena König die Weiterbildung im Kontext Neurosystemischer Integration (NI) erfolgreich mit Prüfung ab. Das Wissen um Nervenregulation und damit im Zusammenhang stehenden Tools hat Einzug in unsere Angebote genommen, insbesondere in das Projekt „Geburt anders als erhofft“. Das FGZ SIRONA war stets ein Ort, welcher Frauen, die traumatische Lebenserfahrungen haben, angesprochen hat. 2010 haben wir hierzu den ersten Fachtag in Schlangenbad veranstaltet. Wir sind auch heute mit unseren Kursleiterinnen im Austausch über einen kultursensiblen und Trauma sensiblen Umgang in Bezug auf unsere Kursteilnehmerinnen.

Rona Größlers Projekt Geburt anders als erhofft wurde als eines von 3000 eingereichten Projekten von Verena König zur Vorstellung in ihrer Community ausgewählt.

SIRONA hat das Thema Gendermedizin, dank einer Spende, weiter aufgegriffen und bezüglich dieser Thematik ebenfalls als Angebot konzeptioniert.

In allem, was wir im Frauengesundheitszentrum SIRONA umsetzen, ist uns die Vernetzung mit weiteren Hilfsangeboten, der inhaltliche Austausch und das Aufnehmen interessanter Angebote, sowohl innerhalb der Stadt Wiesbaden als auch deutschlandweit, wichtig.

Aktuell waren, neben dem Kurs- und Beratungsangebot vier Projekte im Frauengesundheitszentrum bis Ende 2024 angesiedelt.

Mitfrauenentwicklung

Wir sind weiterhin in einer Phase des Generationenwandels. Im Jahr 2024 konnten wir jüngere Förderfrauen gewinnen und junge Praktikantinnen der Sozialarbeit beschäftigen.

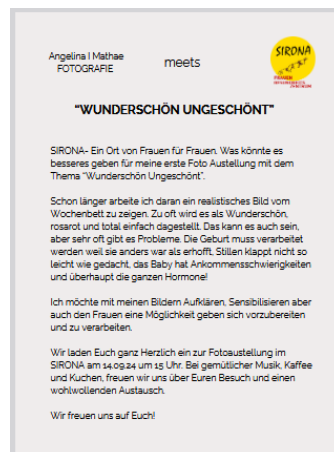
Durchgeführte Vereinsveranstaltungen

Bei allen Aktionen im Frauengesundheitszentrum SIRONA e. V. ist es uns ein Anliegen - zum einen zu vernetzen und zum anderen -, allen Frauen, Kursleiterinnen, Förderfrauen*/Fördermännern* und Interessentinnen die Möglichkeit zu geben, sich an Aktivitäten zu beteiligen. Wir sehen dies als einen innovativen Diskurs, als Lernfeld sowie als eine Stärkung des Vereines.

Das Jahr 2024 war das 30igste Jahr des Vereines. Am **14.9.2024** im Hilde-Müller-Haus mit ehemaligen Sirona Frauen und dem Verein Frauenwelten gefeiert.

Am 14.9.2024 begann, mit einer gut besuchten Vernissage die Ausstellung: „**Wunderschön ungeschönt das Wochenbett**“ von Angelina Mathae, Fotografien des Wochenbetts. Ein Teil der Bilder ist noch in den Räumen des Frauengesundheitszentrums zu sehen.

Die Rückmeldungen der Besucher/Besucherinnen waren sehr berührend.



Die Sirenen von Sirona – Theater: Frauen WG, ein feministischer Diskurs zu gesellschaftlichen Themen

Elfriede Dittrich baute 2022 ehrenamtlich die Theatergruppe auf. Es sind Themen unserer Zeit wie Einsamkeit, künstliche Intelligenz und der Wunsch nach Unterhaltung und Heiterkeit im Alter. Darstellerinnen sind

Dorothea Stöver, Gudrun Maas, Angelika Kögler, Ulla Overbeck, Lis Mesghouni, Ilka Schulmeiß, Eva Hess, Johannes Gutmann, Jens Schneeweiss. Dieses Theaterstück wurde zuletzt am 25. Januar 2024 im Kultur- und Tagungshaus Rauenthal aufgeführt.

Die Veranstaltungen waren gut besucht. Weitere Proben fanden im Frauengesundheitszentrum stat. Am 21.9.2024 war die Premiere eines neuen Stückes. Thema dieser Aufführung waren die

Lebensgeschichten einzelner Frauen, unter anderem auch deren Gewalterfahrungen. Ein neues Theaterstück ist in der Planung.

Filmdreh professioneller Videofilme

Dank der Unterstützung des Frauenreferates drehten wir am 17. und 18.2.2024 weitere professionelle Filme für die WEB-Seiten der Wiesbadener Hebammen, www.wiesbadenerhebammen.com, als auch des Frauengesundheitszentrum Sirona. Zielsetzung ist die Bewerbung aller Angebote in Wiesbaden zu Geburt und Schwangerschaft. Die Hebammen des Geburtshauses Idstein stellten ihre Arbeit und das Netzwerk Stille Geburt vor. Lucia Rutschmann, Vertreterin der Queren Szene wurde zu Kinderwunsch interviewt. Die Babylotsinnen, SKF Wiesbaden berichteten über ihre aufsuchende Arbeit. Nervenregulationsübungen mit Rona Größler wurden professionalisiert und auf unserer WEB-Seite frei zugänglich platziert. Ebenso ein Bindungsmeditation für Mutter und Kind mit Sigrid Schellhaas.

Vernetzungsarbeit der Geschäftsführung

Thematischer Schwerpunkt im Frauengesundheitszentrum Sirona e.V. ist das Themen Hilfe nach Gewalterfahrung. Rona Größler baute das Projekt „Geburt anders als erhofft“ mit Unterstützung des Frauenreferats Wiesbaden. Sie begann eine weitere Ausbildung in Psycho - Neuroregulation im Jahr 2022 und schloss diese mit Prüfung 2024 ab. Dieses Wissen floss in all Projekte ein. 2024 wurde neu ein kostenfreies digitales Angebot im Rahmen des Projekts „Geburt anders als erhofft“, Me-Time-Nervenregulation für Mütter, durchgeführt.

Zur Planung der Filme wurden verschiedene Organisationen angeschrieben. Die Babylotsinnen wurden Anfang des Jahres gemeinsam mit den Hebammen der Service Stelle eingeladen. Ein weiteres Treffen mit den Babylotsinnen wurde, zur Vorstellung des Projektes Geburt anders als erhofft, durchgeführt. Im Februar begann die Vorbereitung der Ausstellung mit Angelina Mathae und deren Netzwerken. Frau Größler nahm an der AG Frauen und Mädchenpolitik teil. Der Stand „Viva la Vulvina“, des FGZ Sirona, im Rahmen des Internationalen Frauentages, wurde von Frau Größler konzipiert und am internationalen Frauentag am Schloßplatz betreut. Am 8.3.2024 nahm Frau Größler eine Spende von Zonta für das Projekt aufsuchende Arbeit Prostitution, entgegen. Ein Treffen der Kursleiterinnen wurde organisiert und das Netzwerk zu Geburt anders als erhofft intensiviert. Frau Größler nahm Netzwerktreffen Frühe Hilfen und den Sitzungen der Kreisgruppe des Paritätischen teil. Am 27.11.2024 hielt Sie einen öffentlichen Online-Vortrag zu „Gewalt unter der Geburt“ für das Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit. Es fanden Gespräche mit der Hochschule Wiesbaden zur Begleitung der Praktikantinnen statt und zwei Gespräche mit der Ausbildungsleitung der AWO der Stadtteilmütter.

Es gab eine interdisziplinäre Zusammenarbeit mit der Hochschule Rhein Main, Prof. Kronsbein, zum Thema Women Empowerment (Interviews, Poster Ausstellung, Fachtagung) zu Ruanda.

Wir nahmen an einer Veranstaltung des SKF zur Arbeit der Babylotsinnen teil und ebenso am Steuerungskreis Gesundheit, teil. Sigrid Schellhaas ist Vorstand im Bundesverband der Frauengesundheitszentren. Die Inhalte und Aktionen im Nationalen Netzwerk und in den Frauengesundheitszentren wurden im Team intensiv besprochen.

Projekte



Die Stiftung Gesundheitsstadt Wiesbaden finanzierte das Projekt Gendermedizin.

Im Rahmen des Projektes konzipierten wir gemeinsam mit dem R&N Bildungszentrum einen Kurs zur „Gendersensiblen Notfallpflege bei Herz- Kreislauf -Problemen“. Das Frauenreferat finanzierte den ersten Probekurs, so dass wir diese Fortbildung Wiesbadener Einrichtungen anbieten konnten. Zwei Kurse fanden in den Räumen des Frauengesundheitszentrums statt, ein Kurs in der Evangelischen Familienberatungsstelle.

Zwei Veranstaltungen zu Körper und Stress mit Nervenregulationsübungen konnten im Stadtteilzentrum CASA durchgeführt werden.

Ein Flyer „Gut informiert: Ihre Patientinnen Rechte“ wurde erstellt und bei Vorträgen in den Kiezen verteilt. Ziel des Flyers ist es, Patientinnen auf verständliche Weise über ihre Rechte im Gesundheitswesen zu informieren und sie bei Arztbesuchen zu unterstützen.

Mehrere Beratungen fanden im FGZ SIRONA statt.

Leider war die Zeit der Förderung zu knapp, um das gesamte Konzept umzusetzen

Projekt Geburt anders als erhofft

Das Projekt, vollfinanziert vom Frauenreferat der Stadt Wiesbaden, ist sehr gut angelaufen. Rona Größler führte monatliche kostenfreie Gesprächskreise zur Verarbeitung von Geburtserlebnissen durch. Jeder Kurs wurde evaluiert. In den Feedbackbögen der teilnehmenden Frauen zeigt sich die Effektivität dieser Arbeit.

In Einzelberatungen mit Frau Größler konnten Frauen ihre Geburt besprechen. Frau Schellhaas nahm an den Gesprächen teil, wenn es um die Betroffenheit der Säuglinge ging. Ein Netzwerk von Therapeutinnen und Körpertherapeutinnen wurde aufgebaut, an welche betroffene Frauen weitervermittelt werden.

Im Rahmen des Projektes wurden das Angebot „Gemeinsame Zeit mit Baby“ Bindungsarbeit Massagen, Entspannungsübungen, Austausch angeboten und genutzt.

Projekt Service Stelle zur Versorgung mit Hebammenleistung in der Nachsorge

Der Runde Tisch Frauengesundheit Wiesbaden trug dazu bei, dass die aktiven Wiesbadener Hebammen von der Stadt Wiesbaden finanziell unterstützt werden. Zuständig ist das Frauenreferat, welches dieses Projekt voll finanziert hat. Das Frauengesundheitszentrum SIRONA verwaltet das Projekt. Mit Qualitätsmanagement und Fortbildungen wird zudem ein Raum für Kommunikation, für Austausch und gemeinsames Auftreten der Hebammen geschaffen. Hier ist ein Netzwerk entstanden, was alle Familien in Wiesbaden unterstützt.

Die Service Stelle dient zuerst Frauen, denen es nicht möglich war eine Hebamme zu finden, als Akutversorgung in der Nachsorge. Wir konnten die Anfragen zu 100% bedienen. Es gibt eine gute Verbindung zu den Babylotsinnen, welche auf dieses Projekt bei ihren Besuchen hinweisen. Im Rahmen dieses Projektes wurde das Netzwerk zur Stillen Geburt installiert.

Fortbildungen im Rahmen des Projektes zur Unterstützung der Hebammen schaffen einen gemeinsamen Austausch und unterstützen die Vernetzung Hebammen. Eine Fortbildung zum Beckenboden und der Hilfe mit Osteopathie musste leider im Frühjahr ausfallen. Im November führten wir eine Fortbildung mit der Deutschen Kontinenz Gesellschaft zur Harninkontinenz mit Prof Wiedemann durch. In Folge wurden für 2025 weitere Fortbildungen zur Harninkontinenz Prävention bei schwangeren Frauen und zur Schwangerenvorsorge geplant. Beckenboden und Vorbeugung von Harninkontinenz ist im Moment Thema im Gemeinsamen Bundesausschuss.

Deutschen Hebammenverband DHV organisierten ein Treffen der von Hebammen geleiteten Servicestellen. Sigrid Schellhaas nahm digital teil.

Gremienarbeit

Unsere Gremienarbeit erfolgte sowohl auf lokaler, regionaler als auch auf bundesweiter Ebene. Die Gremien sind nachfolgend unter dieser Hierarchisierung gegliedert.

AK Frauen und Mädchenpolitik Wiesbaden



Rona Größler nahm an den 4 Treffen im Jahr 2024 teil. Wir beteiligten uns am Aktionstag zum 8.3.2024 auf dem Schloßplatz. Thema dieses Jahr war



„LET'S TALK ABOUT FEMALE SEX“.

Rona Größler hielt AK ein Referat zu Thema Nervenregulation und Trauma.

Der Paritätische Kreisgruppentreffen

Rona Größler und Sigrid Schellhaas nahmen regelmäßig, digital und in präsenz an den Kreisgruppentreffen des Paritätischen Verbandes teil.

Frauenkommunikationszentrum KOMZ e.V.

4.4.2024 nahmen wir an der MV des Frauenkommunikationszentrums KOMZ im Wif teil. Das FGZ Sirona ist im Vorstand des KOMZ vertreten. Der Jahresbericht des KOMZ liegt bereits vor. Der Verein Frauenwelten und die Ahmadjya Yamal treffen sich regelmäßig in den Räumen des Frauengesundheitszentrums.

Netzwerk Baby

Rona Größler nahm an den vier Treffen teil.

Netzwerk FGMC

Auch im Jahr 2024 nahmen wir an einigen Treffen und Fortbildungen in Präsenz oder digital teil. Schwerpunktmäßig ist das Projekt beim SKF angegliedert. Dieses macht eine wunderbare Netzwerkarbeit. Mittlerweile gibt es ein Bewusstsein und viele Angebote in Wiesbaden zur Begleitung betroffener Frauen. Im SKF hat sich eine Selbsthilfegruppe betroffener Frauen, angeleitet von einer selbst betroffenen Fachfrau, gegründet.

Runder Tisch Frauengesundheit

Der Runde Tisch Frauengesundheit wird vom FGZ SIRONA geleitet. Es ist ein Treffen an dem sich aktive Frauen aus diversen Einrichtungen in Wiesbaden, Hebammen und Politikerinnen zum Thema Frauengesundheit in Wiesbaden austauschen und bei Bedarf gemeinsame Aktionen veranstalten. Alle Sitzungen fanden Hybrid statt.

Treffen waren am 22.2.2024, 16.5.2024 und 12.9.2024. Themen waren kostenfreie Verhütung, Gendermedizin – hier Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Berichte zu Aktionen in den Netzwerken (8.3.2024 und FGM/C). Aus dem Runden Tisch ist eine AG zu kostenfreier Verhütung der Beratungszentren und dem Sozialamt entstanden. Die Ergebnisse wurden im Frauenausschuss vorgestellt.

Netzwerk Stille Geburt

Die Kreisgruppensprecherin Judith Jeron hat ein Netzwerk zur Stillen Geburt aufgebaut. Es ist ein einmaliges Netzwerk bestehend aus dem Verein Sternenkindern, Hebammen mit einer speziellen Fortbildung in Stiller Geburt, Bärenherz als Anlaufstelle und allen Beratungsstellen und AnbieterInnen in Wiesbaden. Stille Geburten werden aus der Tabuzone entfernt und wie eine Geburt bekleidet. Themen sind auch Mutterschutz, therapeutische Betreuung und Rückbildung der Frauen. Das FGZ Sirona bietet seit Jahren Beratungen bei Stiller Geburt an (Ulrike Woogk). Sigrid Schellhaas nahm an den digitalen Netzwerktreffen, die zwei Mal jährlich stattfinden teil.

6. Interprofessioneller Arbeitskreis Pränataldiagnostik Donum Vitae

Der Arbeitskreis wird von Sabine Strunge, Donum Vitae, einmal im Jahr organisiert. Teilnehmerinnen sind Ärzte/innen aus der Pränataldiagnostik, die HSK Wiesbaden, Hebammen, Projekte. Thema in diesem Jahr war Trauma sensible Beratung. Sigrid Schellhaas war durch Sigrid Schellhaas vertreten.

Bundesweite Gremien

AKF <https://www.arbeitskreis-frauengesundheit.de/>

Das Frauengesundheitszentrum SIRONA ist Mitfrau im AKF. Sigrid Schellhaas nahm am 20.4.2024 digital an einer außerordentlichen Jahrestagung teil.

Der AKF ist ausgesprochen aktiv und mittlerweile an S2 und S3 Leitlinienarbeit im Bereich Schwangerschaft, hormonelle Empfängnisverhütung und Schwangerschaftsabbruch beteiligt. Die Jahrestagung fand dieses Jahr am 1.11.2024 hybrid statt. Thema: Eizellspende und Leihmutterschaft, wie geht es weiter nach dem Bericht der wissenschaftlichen Kommission?

Bundesverband der Frauengesundheitszentren

Das Treffen und die MV des Bundesverbandes der FrauenGesundheitsZentren e.V. h fand vom 7. bis zum 9. Juni in Dresden statt. Thema war Endometriose. Im Vorstand sind Doris Braune, Stuttgart, Bettina Faulstich Nürnberg und Sigrid Schellhaas, Wiesbaden. Video Talks fanden statt zu den Themen

- 23.1.2024 Sigrid Schellhaas Patientinnenrechte/ Würde im Gesundheitssystem/ Gemeinsamer Bundesausschuss
- 15.4.2024 zu Endometriose, Doris Braune
- 12.11.2024 zu Eizellspende

Nationales Netzwerk Frauengesundheit

Als Vertreterin des Bundesverbandes der Frauengesundheitszentren nahmen wir an den Sitzungen des Nationalen Netzwerkes Digital teil. Einzelne Informationen brachten wir im Runden Tisch Frauengesundheit ein.

Themen im Jahr 2024 waren Umgang mit Gender & Diversität, ein Referat von Till Amelung „Was ist eine Frau – Aktuelle Konflikte um Geschlecht“, eine Initiative zur „Kostenfreie Verhütung“, Ambulante Über-/Unter-/ und Fehlversorgung von Schwangeren und die Kommission zu reproduktiver Selbstbestimmung. Das Netzwerk veröffentlichte eine Stellungnahme zum Schwangerschaft Konflikt Gesetz verhalten.

Patientinnensprecherin Gemeinsamer Bundesausschuss

Sigrid Schellhaas ist Patientinnensprecherin im Gemeinsamen Bundesausschuss. Das FGZ Hannover hat eine Vertreterin für Endometriose im G-Ba und das FFGZ Berlin ist im IQtiG.

Sigrid Schellhaas ist in der AG Familienplanung, Mutterschaftsrichtlinien und Fertilisation, zu verschiedenen Medikamenten in der AG Arzneimittel und in der AG 137e/h zu neuen Operationsmethoden. Sie arbeitet mit Tina Krämer und Anne Rausch von mother hood und Prof. Raimund Geene, Gesundheitsförderung und Prävention, Kindergesundheit, familiäre Gesundheitsförderung zusammen. Alle AGs sind Teil des Unterausschusses Methodenbewertung (UA Methoden).

Ende 2024 hat sie für den Innovationsausschuss als Patientinnensprecherin an der Bewertung von Anträgen zu Geburt und Schwangerschaft mitgearbeitet.

Am 6.9.2024 war Sigrid Schellhaas Koordinierungstreffen der Bundesarbeitsgemeinschaft PatientInnenorganisationen BAGP in Berlin.

Öffentlichkeitsarbeit

- Regelmäßiges Posten von Rona Größler in **Instagram** und auf **nebenan.de**
- WEB-Seite

- Veröffentlichung eines Flyers zu Patientinnenrechten
- Frau Nicolli Povijac, Frauen*bildungszentrum DENKtRÄUME hat ein Interview mit Sigrid Schellhaas zur Geschichte des Frauengesundheitszentrums und der Veränderung von Geburt, Schwangerschaft und Stillen gemacht. Dieses Interview befindet sich im Archiv von www.denktraeume.de in Hamburg und kann dort abgerufen werden.

Kurs- und Beratungsangebote

Von Frau zu Frau

Wir bieten Müttern und Frauen jeglicher sozialer, ethnischer, religiöser Herkunft und sexueller Orientierung einen geschützten „Ort für Frauengesundheit“.

Aus der Selbsthilfe geboren, versteht unser Zentrum eine Philosophie der Verbundenheit und des Engagements.

Wir arbeiten an der Schnittstelle von Schulmedizin, Naturheilkunde und verschiedenen Ansätzen der Selbstheilungsarbeit.

Unsere Nützungsleiterin ist SIRONA, die hellende Stimme der Frauen – in Wiesbaden präsent durch den Sirona-Brunnen.

Das Frauengesundheitszentrum SIRONA e.V. ist ein gemeinnütziger und unabhängiger Verein. Wir freuen uns darauf, Sie bei uns zu begrüßen!

SIRONA ist gut – auch Sie können Gutes tun. Ihre Unterstützung – persönlich und/oder finanziell – sichert unsere Arbeit.

Ihr Beitrag ist herzlich willkommen.

Mehr dazu unter www.fgi-sirona.de/spenden

Sie sind herzlich willkommen

Frauengesundheitszentrum SIRONA e.V.
Schindlerstr. 27
65117 Wiesbaden
Tel. 0611-30 14 14
E-Mail: kontakt@fgi-sirona.de
www.fgi-sirona.de

Broschen Sie uns bei:

- Facebook [facebook diaria.frauengesundheitszentrum](https://www.facebook.com/diaria.frauengesundheitszentrum)
- Instagram [diaria_fgi](https://www.instagram.com/diaria_fgi)
- Nennen Sie @Wiesbaden-Rheingarten!

ganzheitliche und integrative Ansätze
WIESBADEN

ganzheitliche und integrative Ansätze
WIESBADEN

SIRONA
FRAUEN
GESUNDHEITZENTRUM

**Beratung
Kurse
Austausch**

fgi-sirona.de

Fachliche Beratung und Begleitung

- Sie möchten in Ruhe und vertrauensvoll über Ihr Anliegen sprechen?
- Sie suchen Orientierung, Klarheit und Informationen für Ihren eigenen Weg?

Orientiert an Ihren individuellen Fragen bieten wir eine unabhängige, fachliche und persönliche Beratung an.

Wir beraten zu allen Themenfeldern des Frauens, ganzheitlich auf allen Ebenen: körperlich, psychisch und emotional.

Weitere Informationen zu unseren Beratungsangeboten finden Sie unter www.fgi-sirona.de/beratungen

Die Anmeldung zu einer persönlichen Beratung ist während unserer Bürozeiten möglich oder unter kontakt@fgi-sirona.de

Mit Herz, Hand und Verstand

Unsere Angebote (online und in Präsenz)

- Beratung
- Kurs
- rund um Schwangerschaft und Geburt
- Ernährung mit Kindern
- Körperbewusstsein
- Kreativität und Tanz
- Selbstverlebung und Selbstheilung
- Workshops, Weiterbildungen und Weiterbildungen (Sie kommen auch zu Ihnen!)
- Selbsthilfegruppen
- Mischungsangebote, Ehemann
- Raumvermittlung
- Verwirklichung von kreativen Ideen/ Kursen für Frauen

Unser Engagement

- Leitung Runder Tisch Frauengesundheit Wiesbaden
- Projektkoordination Netzwerk-Senioren Wiesbaden
- Fachveranstaltungen zu frauenrelevanten Gesundheitsthemen
- Mitarbeit in lokalen, regionalen und bundesweiten Gremien

Unser Verständnis von Gesundheit

Wir verstehen Gesundheit als einen kontinuierlichen Prozess, der durch ein komplexes Zusammenspiel von körperlichen, psychischen, emotionalen und sozialen Faktoren bestimmt ist.

Unser Anliegen

- Förderung eines selbstbestimmten und informierten Umgangs mit Gesundheitsproblemen, gesundheitlichen Beeinträchtigungen und Diagnosen
- Unterstützung reisender Frauen und Mütter durch persönliche Beratung und leicht verständliche Informationen
- Stärkung von Frauengesundheitsbegriffen in persönlichen, ethischen und politischen Raum

Mehr dazu unter www.fgi-sirona.de/wissen-sirona

fgi-sirona.de

Einen Schwerpunkt der Kurse bilden weiterhin die Themen rund um Schwangerschaft, Geburt, Babys und Kleinkinder. Eine weitere Konstante bilden die Yogakurse. Das Programm wird regelmäßig auf den WEB-Seiten des Frauengesundheitszentrums veröffentlicht.

Das Beratungsangebot ist weiterhin kostenfrei und wird über Spenden und akquirierte Gelder finanziert. Ca 8 Beratungen finden im Monat statt, teilweise telefonisch, da auch bundesweit Frauen das FGZ Sirona anrufen. Themen sind Stille Geburt, Menstruationsbeschwerden, Myome, Wechseljahre, Brustkrebs, Reflexion medizinischer Diagnosen, nicht schlafende Säuglinge, Geburtserfahrung. Manchmal finden auch Anrufe zu Trennung und Psychologischen Themen statt. Diese reichen wir in die Netzwerke weiter.

Zusammenarbeit mit anderen Projekten

Mädchentreff Wiesbaden und das Bauhaus besuchten Sirona. Wir gestalteten ein Angebot für die Besucherinnen dieser Einrichtungen. Referentinnen von Sirona werden für Vorträge in den Kiezen und im WiF angefragt.

SIRONA und andere Vereine – alle unter einem Dach

Frauenwelten



Frauenwelten e.V. <https://www.frauenwelten-wi.de/> ist im FGZ SIRONA Mieterin. Der Verein bietet Kultursensibles Coaching, Psychosoziale Beratung und Betreuung für Frauen verschiedener Herkunftsländer, Prävention, Kultursensible Bildung, Vorträge, Workshops und Kurse zur Vermittlung von Wissen und Fähigkeiten.

Interkulturelle Projekte und Veranstaltungen, Integrationslotsinnen.

Frauenwelten arbeitet hauptsächlich mit afghanischen und iranischen Frauen. Es gibt eine Kooperation zwischen Frauenwelten und dem Frauengesundheitszentrum SIRONA.

Lajna Imaillah – Frauenorganisation der Ahmadiyya Muslim Jamaat

Eine Gruppe der Frauenorganisation Wiesbaden trifft sich mehrmals im Jahr in den Räumen des Frauengesundheitszentrums. Es gibt eine gute Verbindung zu den Leiterinnen der Organisation und manchmal Anfragen zu gesundheitlichen Themen von Frauen an Sirona.

Verwaltung und Weiterentwicklung

Praktikantinnen

Glücklicherweise sind wir als Praktikumsstelle der FH Wiesbaden Soziale Arbeit und Sozialpädagogik für Studierende anerkannt und konnten bis April 2024 Lisa Grohe und ab August 2024 bis 31.3.2025 Meriam Boulrem, Studentinnen der Sozialpädagogik, einen Praktikumsplatz anbieten.

Farida Noorzad absolvierte bis Juni 2024 während Ihrer Ausbildung zur Stadtteilmutter (einem Projekt der AWO, Frau Schmitt) ein Praktikum im FGZ SIRONA. In diesem Rahmen bot sie einen Bewegungskurs für Frauen mit Migrationshintergrund angeboten.

Die Praktikantinnen brachten sich intensiv ein und waren uns eine große Hilfe.

Verwaltung

Das Steuerbüro Dominique Pontani wurde mit der Verwaltung unserer Arbeitnehmerstellen im September 2023 beauftragt. Frau Pontani hat dieses Büro an Präzisa verkauft, welche weiterhin die Abrechnungen für die Stellen tätigt.

Das FGZ Sirona verwaltet im Moment 3 Projekte:

- Die Service Stelle zur Versorgung mit Hebammen im Wochenbett
- Geburt anders als erhofft
- ein Regelanbot zur aufsuchenden Arbeit in der Prostitution in der Landeshauptstadt Wiesbaden
- Die Geschäftsstelle, finanziert von der Stadt Wiesbaden

In der Buchführung arbeitet eine Mini-Jobberin und die Reinigung der Räume ist ebenfalls über eine Mini -Jobstelle organisiert.

Plenen in Sirona

23.3. 2024, 23.5. 2024 Jahreshauptversammlung, verschiedene Vorbereitungstreffen für die Jubiläumsveranstaltung. Das Büroteam traf sich ca. alle 8 Wochen im Team.

Finanzbericht

Der Verein finanziert sich über die Projekte, eine Institutionelle Förderungen der Stadt Wiesbaden, Raumvermietungen (Frauenwelten, 2 Meditationsgruppen, Catalix Cuna, Reno Li, Rheumaliga Wiesbaden, Kunterbunt Hebammenpraxis (Geburtsvorbereitung), Vermietungen im Rahmen der Projekte, KOMZ/ Ahmadiya, und Einzelvermietungen (nach Anfrage) Kurseinnahmen (40% der Einnahmen) und Spenden.

Struktur des Vereins bis zum 31.3.2025

- Geschäftsführung: Rona Größler
- Unterstützende Verwaltungsarbeit gegen Honorar: Sigrid Schellhaas

- Büro, Buchhaltung: Marianne Fein, Minijob
- Reinigungsfrau: Naima Eschaki, Minijob
- Ehrenamtliche Tätigkeiten aller Vereinsfrauen

Überblick Zusammensetzung Vorstandsfrauen 2024

1. Vorsitzende Sigrid Schellhaas
2. Vorsitzende Ulrike Woogk
3. Kassenfrau Maike Wübbena
4. 1. Schriftführerin Sabine Schneider
5. 2. Schriftführerin Liz Meshgouni-Schreiber

Geplante Projekte und Aktivitäten für 2025

- Weiterführung des Hebammenprojekt 2025
- Weiterführung der Stelle der Geschäftsführung bis zum 31.3.2025
- Weiterführung des Projektes Geburt anders als erhofft als Kurs- und Beratungsangebot
- Weiterführung des Projektes Etablierung eines Regelangebots zur aufsuchenden Arbeit in der Prostitution in der Landeshauptstadt Wiesbaden
- Neustrukturierung des Vereines und der Aufgabengebiete
- Gründung von AGs der Kursleiterinnen, der Beraterinnen und der Coaching Angebote