



„Auf ins – und inser Leben in diesem einzigartigen Land mit seinen wunderbaren Menschen blicke ich oft bewundernd, denn wer hier lebt, ist sich bewusst, wie wertvoll das Leben ist – nicht nur das eigene, sondern auch das der anderen. In diesem Sinne, ein Hoch „Auf ins und inser Leben“!“

Philipp Achammer, Landesrat

GOODnews

> WhatsApp-Andacht

Am Montag, **11. Mai** von 19.00 bis 19.30 Uhr findet die nächste WhatsApp-Andacht zum Thema „Ich bin der Weg“ statt. Anmeldung unter 335/128 7882

> St. Virtual

St. Virtual ist ein kleines Dorf in Südtirol, das nur online existiert.

Abgesehen davon, ist es einem „richtigen“ Dorf ziemlich ähnlich. Es gibt verschiedene Orte, an denen man sich treffen kann: ein Gasthaus zum Watten, eine Bar, eine Turnhalle, einen Arzt, ein Elki und das ist noch nicht alles, denn St. Virtual wächst ständig weiter! Schau vorbei unter: www.sanktvirtual.info

INFO

Ernährung in Corona-Zeiten



Das Leben ist für alle neu. Die Tage verlaufen immer gleich, der Unterricht zu Hause, die Chats mit Freunden und Freundinnen zu Hause, die Bewegung zu Hause. Da kann es einem schon langweilig werden. Gerade da geht man öfters mal zum Kühlschrank und lässt sich verführen! Sogleich tauchen dann negative Gedanken, wie Schuldgefühle und Enttäuschung auf. Angst, dass die Kilos nach oben gehen, macht sich spürbar!

Diese Tipps helfen dir, das ständige Naschen in den Griff zu kriegen:

- Halte die 3 Hauptmahlzeiten – Frühstück, Mittag- und Abendessen – immer ein! Wichtig ist, dass die Hauptmahlzeiten gut sättigen!
- Achte darauf, dass zum Mittag- und Abendessen dein Teller zur Hälfte mit Gemüse oder Salat gefüllt ist. Wenn du dann die Salate mit Bohnen und Linsen mischst, dann nimmst du mehr Proteine auf.
- Eine Jause am Vor- und eine Nachmittags hält fit! Ein bunter Obstsalat, Smoothies, Früchtejoghurt mit Müsli, Vollkorntoast mit Käse und Tomatenscheiben sind besser als Chips & Co.

Hast du Lust, mehr zu erfahren?

Was zum Beispiel für deine Haut gut ist, oder ob es wirklich stimmt, dass Kohlenhydrate am Abend nicht gesund sind?

Folge uns auf Instagram [@infes_bz](https://www.instagram.com/infes_bz)
Am Donnerstag, **14.05.2020 um 14.30 Uhr** schalten wir uns live und beantworten alle eure Fragen über Ernährung.



Ivonne Dauri

Raffaella Vanzetta

IMPRESSUM

Südtirols Katholische Jugend
Silvius-Magnago-Platz 7 | 39100 Bozen
Tel. 0471 970 890 · redaktion@skj.bz.it
www.facebook.com/SKJnews
Redaktion: Heidi Gamper
Gestaltung der Seite: Jana Köbe

www.skj.bz.it



In Südtirol kommen pro Jahr etwa 50 Kinder zur Welt, deren Mütter zwischen 15 und 19 Jahre alt sind

„ICH BIN 17. UND SCHWANGER.“

Stell dir vor, deine beste Freundin ist noch keine 20 und kommt eines Tages mit der Nachricht zu dir, dass sie schwanger sei. Wie würdest du reagieren? Was würdest du über sie denken? Wenn du nun sagst: „So etwas passiert ja sowieso nicht“, dann liegst du falsch. In Südtirol kommen pro Jahr etwa 50 Kinder zur Welt, deren Mütter zwischen 15 und 19 Jahre alt sind. Teenagerschwangerschaften sind also auch hier eine Realität.

Verhütungsfehler und Mythen

Erwartungsgemäß entstehen die allermeisten Teenagerschwangerschaften ungeplant. Laut einer Studie von pro familia Deutschland sind es 92 Prozent. Die Gründe, warum es bei Jugendlichen zum ungeschützten Geschlechtsverkehr kommt, dem dann eine ungeplante Schwangerschaft folgt, sind sehr unterschiedlich: die Jugendlichen wissen oft nur schlecht Bescheid über körperliche Vorgänge, Fruchtbarkeit und Verhütung, wählen daher unsichere Verhütungsmethoden oder machen Fehler bei der Anwendung. Sie tun sich schwer, mit dem Partner/der Partnerin über Verhütung zu reden (zum Beispiel weil das Vertrauen fehlt oder sie es unromantisch finden) oder sie glauben an Verhütungsmythen wie „Beim ersten Mal passiert nichts“. Manchmal kommt es auch „zu spontan“ zum Geschlechtsverkehr und es ist kein Verhütungsmittel zur Hand. Diese Erklärungen zeigen, dass so manche ungewollte Teenagerschwangerschaft verhindert werden könnte, wenn die Jugendlichen (und damit sind Mädchen UND Buben gemeint) noch besser, sprich, rechtzeitig und vor allem auch ausreichend über Körper, Sexualität, Schwangerschaft und Verhütung informiert werden würden und sie ergänzend dazu Orientierungshilfen in Sachen Gefühle, Selbstwahrnehmung und Kommunikation in einer Beziehung erhalten würden. Gezeigt hat sich auch, dass die Schulbildung eine Rolle beim Entstehen von Teenagerschwangerschaften spielt. Eine geringere Bildung und die damit verbundenen geringeren beruflichen Perspektiven erhöhen das Risiko, minderjährig schwanger zu werden, um ein Mehrfaches.

Kinderwunsch mit 17?

Was aber ist nun mit den Teenagerschwangerschaften, die tatsächlich geplant sind bzw. bei denen es Jugendliche „drauf ankommen“ lassen? Immerhin sind das ja acht Prozent. Was steckt hinter dem manchmal bewussten, manchmal unbewussten Wunsch, im Jugendalter ein Kind zu bekommen? Bei einigen Jugendlichen ist es der Wunsch nach einer Veränderung oder nach der Selbstständigkeit und Loslösung vom Elternhaus. Andere sehnen sich nach einer Erwachsenenrolle, in der sie Anerkennung und Aufwertung finden. Manche wollen eine Lebensaufgabe haben, die ihnen Sinn gibt und wo sie gebraucht werden. Andere haben den Wunsch, eine eigene Familie zu gründen bzw. eine eigene „heile Familienwelt“ zu schaffen. Wieder andere wollen durch ein Kind die partnerschaftliche Beziehung stärken oder eine liebevolle Mutter-Kind-Beziehung erleben. Gewollte Teenagerschwangerschaften haben manchmal aber auch problematische Motive: zum Beispiel eine verklärte, unrealistische Vorstellung von einem Leben mit Kind oder eine generelle Orientierungslosigkeit und Verlorenheit bzw. fehlende andere Perspektiven im Leben.

Zwischen Risiken und jugendlicher Gelassenheit

Unabhängig davon, ob eine Teenagerschwangerschaft ungeplant oder gewollt ist, sie ist in jedem Fall eine große Aufgabe und bedeutet viel Verantwortung. Nicht zuletzt deshalb, weil bei Teenagerschwangerschaften bestimmte Risikofaktoren gegeben sind: das Alter (je jünger, desto problematischer), die körperliche Unreife, der Konsum von Alkohol, Rauchen und Drogenmissbrauch und eine mangelnde oder zu späte Mutterschaftsvorsorge. Aber es gibt auch Vorteilhaftes bei einer Teenagerschwangerschaft, zum Beispiel die jugendliche Gelassenheit und Unkompliziertheit, mit der die jungen Mütter auf die Geburt zugehen. Und sie behalten sie oft auch nach der Geburt bei. Das ist gut, denn da beginnt eine neue Herausforderung.

Jugendberatung Young+Direct

JUGEND IN ACTION

Wir suchen dich! Freiwilliger Landeszivildienst bei der Caritas

Der freiwillige Landeszivildienst bietet jungen Leuten zwischen 18 und 28 Jahren die Möglichkeit tolle Erfahrungen im sozialen Bereich zu sammeln. In über 20 verschiedenen Diensten der Caritas kannst du für acht oder zwölf Monate mitarbeiten, viele neue Menschen kennenlernen und dich mit Problematiken der Südtiroler Gesellschaft auseinandersetzen.

In ganz Südtirol bietet die Caritas Stellen für Zivildienstler/innen wie z.B. in Flüchtlingshäusern, verschiedenen Beratungsstellen, im interkulturellen Bereich oder in der Arbeit mit obdachlosen Menschen, aber auch in der Sensibilisierungs- und Projektarbeit an.

Als Taschengeld gibt es 450 Euro im Monat und die öffentlichen Verkehrsmittel sind gratis. Du lernst wie soziale Arbeit in Südtirol funktioniert, kannst dich beruflich weiterentwickeln, eigene Erfahrungen sammeln, neue Fähigkeiten erwerben und so einen Beitrag für die Gesellschaft leisten. „Bevor ich eine Ausbildung anfangen wollte, wollte ich zuerst als Zivildienstler arbeiten, da mich die Arbeit mit Migranten schon immer begeistert hat und ich die Gelegenheit nutzen wollte, um in diesen Bereich mal „reinzuschnuppern“. Ich kann es nur jedem weiterempfehlen – es ist eine tolle Gelegenheit“, so schreibt einer unserer Zivildienstler, der mit Ende Mai seinen Dienst beendet.

Neugierig geworden?

Dann melde dich ab sofort bei uns und wir informieren dich gerne, welche tollen Stellen für dich bereit stehen. info@youngcaritas.bz.it oder Tel. 0471 304 333



Landeszivildienst: Chance Erfahrung im sozialen Bereich zu sammeln