



„Ein echtes Update bedeutet für mich,
eine neue Version oder eine
Aktualisierung von etwas!“

Jonas Januth,
Hauptausschuss von
Südtirols Katholischer Jugend

TERMINE

> Jugend-Mobilitätsumfrage

Der Südtiroler Jugendring führt derzeit eine landesweite Umfrage zur **Mobilität junger Menschen** durch. Im Fokus stehen unter anderem **Fragen** zur Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel, Barrierefreiheit, Mobilität in der Nacht sowie zum Sicherheitsempfinden.

Diese Ergebnisse dienen als Grundlage für Gespräche mit Verantwortlichen **aus Politik und Verwaltung**. Damit die Situation junger Menschen in Südtirol realistisch dargestellt werden kann, **ist eine möglichst große Teilnahme besonders wichtig**.

Zielgruppe: junge Erwachsene 18 bis 35 Jahre
Teilnahmeschluss: **28.03.2026**

Infos: Südtiroler Jugendring, Maria Lisa Maffei
marialisa.maffei@jugendring.it

INFO

NEU!

Weiterbildung für deine Zukunft

Die **Weiterbildungen von Südtirols Katholischer Jugend** richten sich an **engagierte Jugendliche** und **junge Erwachsene** und vermitteln praxisnah Methoden, Wissen und Kompetenzen **für die Arbeit** mit Kindern und Jugendlichen. Sie vereinen **Theorie, Praxis und Networking**, um die Teilnehmenden **optimal** auf die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen vorzubereiten und ihre Fähigkeiten zu vertiefen. Jede Weiterbildung kann **einzeln** gebucht werden. Wer an **allen** Teilen teilnimmt, bekommt das **Zertifikat für den Grundkurs als Jugendleiter:in**.

- » **28.03.26**
 - Zielgruppe Jugendliche (Vormittag)
 - Gruppenförderung, Gruppendynamik (Vormittag)
 - Leitung: Meine Rolle und Motivation, Konfliktlösungsstrategien (Nachmittag)
- » **18.04.26**
 - Liturgie und Gottesdienst jugendgerecht – praktische Beispiele (Vormittag)
 - Öffentlichkeitsarbeit und Kommunikationsmittel (Nachmittag)
- » **14.09.26** Online (1,5 Stunden)
 - Versicherung und Rechtliches
- » **26.09.26** Haus der Familie, Ritten
 - Erlebnis- und Spielepädagogik für drinnen und draußen (ganztags) – Kosten 30,00 Euro
- » **17.10.26**
 - Kinder- und Jugendschutz (Vormittag)
 - Kinder- und Jugendarbeit in Südtirol (Nachmittag)
 - Networking, Methoden, Planung-Management (Nachmittag)
- » **Online Termin** wird mit Teilnehmenden abgestimmt (1,5 Stunden)
 - Was ist SKJ?

Die **Reflexion** und die **Zertifikatsübergabe** mit den Teilnehmenden **aller** Teile sowie die Termine **am 28.03., 18.04. und am 17.10.26 finden im Kirchlichen Kinder- und Jugendzentrum „Josef Mayr-Nusser“ in Bozen** statt.

Infos und Anmeldung:
www.skj.bz.it/portfolio/grundkurs/

IMPRESSUM

Südtirols Katholische Jugend
Silvius-Magnago-Platz 7 | 39100 Bozen
Tel. 0471 970 890 · redaktion@skj.bz.it
Facebook: Südtirols Katholische Jugend
Instagram: [sudtirolskatholischejugend](https://www.instagram.com/sudtirolskatholischejugend)
Redaktion & Gestaltung: Jana Köbe
www.skj.bz.it



Der 15. März ist in Italien der nationale „Tag der lila Schleife“ zur Sensibilisierung für Essstörungen.

NATIONALER TAG DER LILA SCHLEIFE

Der 15. März ist in Italien den Essstörungen gewidmet. Der nationale Tag der lila Schleife oder „Giornata del fiocchetto lilla“ soll daran erinnern: Essstörungen sind behandelbar. Oder wie Dr. Dalla Razione, eine Koryphäe auf dem Gebiet der Behandlung von Essstörungen in Italien, oft betont: Man stirbt nicht an Essstörungen, sondern an mangelhafter Behandlung.

Am 15. März 2011 starb **Giulia Tavilla** im Alter von nur 17 Jahren, während sie auf die Aufnahme in eine Einrichtung zur Behandlung ihrer Bulimie wartete. Ihr Tod hat ihren Vater Stefano dazu veranlasst, das öffentliche Bewusstsein für Essstörungen zu schärfen. Noch im selben Jahr organisierte er das sportliche Event „Corri con Giulia“ für Familien in seiner Heimatgemeinde Pieve Ligure (Genova) und gründete die Non-Profit-Organisation **„Mi nutro di vita“**.

Bereits 2012 rief Stefano Tavilla den 15. März das erste Mal zum Tag des Fiocchetto Lilla aus. Einige Institutionen folgten dem Aufruf und organisierten Infostände, Presseaktion sowie Fortbildungen und Kongresse für Fachpersonal. Auch die Fachstelle Essstörungen im Forum Prävention, INFES, ist seither jährlich aktiv und nutzt den 15. März, um die Allgemeinheit über Essstörungen aufzuklären und zu sensibilisieren. 2018 hat das Gesundheitsministerium schließlich den 15. März offiziell zum nationalen Tag des Fiocchetto Lilla erklärt. Heuer werden zu diesem Anlass verschiedene Gebäude in Südtirol in lila Licht getaucht.

Ich glaube, meine Freundin leidet an einer Essstörung. Was kann ich tun?

Wenn du merkst oder vermutest, dass jemand aus deinem Umfeld eine Essstörung haben könnte, macht dich das wahrscheinlich ziemlich besorgt. Vielleicht willst du sofort etwas tun – das ist total verständlich. Trotzdem kann es hilfreicher sein, erst einmal durchzuatmen, die Situation anzunehmen und dir selbst und der betroffenen Person Zeit zu geben. Gute Gespräche brauchen Ruhe und den richtigen Moment.

Wichtig ist: Sprich das Thema nur an, wenn ihr ungestört seid – und wenn zwischen euch Vertrauen besteht. Sei ehrlich und echt in dem, was du fühlst. Zum Beispiel: „Ich habe das Gefühl, dass es dir nicht gut geht, und das macht mir Sorgen.“

Vermeide Diskussionen über Gewicht, Figur oder Essen. Für Betroffene sind das ohnehin Dauerthemen – sachliche Argumente erreichen sie in dem Moment meist nicht. Auch Vorwürfe wie „Du bist viel zu dünn“ oder „Du isst nie richtig“ führen eher dazu, dass sich die Person zurückzieht. Sprich anstatt dessen über das allgemeine Wohlbefinden der Person: Was macht dich so unglücklich? Was bedrückt dich? Was könnte dir Freude bereiten? Sei verständnisvoll und offen. Drücke aber auch deine Sorgen aus.

Essstörungen haben viel mit Scham, Schuldgefühlen und Selbstzweifeln zu tun. Deshalb öffnen sich Betroffene oft nicht sofort. Das heißt nicht, dass dein Gespräch nichts gebracht hat. Zeig einfach, dass du da bist, zuhörst und unterstützen willst. Du kannst auch vorschlagen, gemeinsam eine Beratungsstelle zu kontaktieren.

Wichtig zu wissen: Eine Essstörung entsteht nicht von heute auf morgen – und sie verschwindet auch nicht sofort. Hilfe anzunehmen ist ein Prozess, der Zeit braucht.

Wenn du unsicher bist, kannst auch du dir Unterstützung holen. Sich gut zu informieren hilft, die Situation besser zu verstehen und realistischer damit umzugehen. Wichtige Informationen, aber auch Broschüren zum Download, oder einen Selbsttest findest du unter **www.infes.it**.

Und ganz wichtig: Geduld und Gesprächsbereitschaft sind entscheidend – aber genauso wichtig ist, dass du auf dich selbst achtest. Du darfst Grenzen setzen. Unterstützung heißt nicht, die Verantwortung zu übernehmen. Die Entscheidung für eine Behandlung liegt bei der betroffenen Person. Indem du gut für dich sorgst, zeigst du auch, wie wichtig Selbstfürsorge ist.

Bei Unsicherheiten, oder wenn du **Unterstützung** brauchst, wende dich an **info@infes.it** oder Tel. 0471 970 039.

*Raffaella Vanzetta,
Kordinatorin Bereich Essstörungen
Forum Prävention*



BUCHTIPP



Der Platz in dir

Ein Bild – fünf Geschichten, fünf Menschen. Ein Jugendroman rund um Glück, Freiheit und Unabhängigkeit!

Die 13-jährige Luisa ist stinksauer: Ihre Firmgruppe macht eine Wallfahrt nach Absam – nur hat niemand bedacht, dass sie im Rollstuhl sitzt. Die Wanderwege sind nicht barrierefrei, also bringen ihre Helikoptereltern sie extra mit dem Auto in den Wallfahrtsort. Gar nicht ihr Ding. Im Dorf trifft sie den stillen Jona aus Berlin. Er besucht das geheimnisvolle Marienbild in der Dorfkirche, das für seine verstorbene Mutter eine besondere Bedeutung hatte. Die beiden befreunden sich und fassen einen geheimen Plan – auf der Suche nach Freiheit und dem „Platz in ihnen“.

Währenddessen verliebt sich ein junger Syrer bei einem spontanen Fototermin in Jonas Jugendleiterin, die sich ein seltsames Bild einer Frau mit Schleier tätowieren hat lassen. Und eine mürrisch-liebenswerte alte Dame beginnt plötzlich zu tanzen, als sie an den Ort ihrer Hochzeit zurückkehrt. **Was verbindet sie alle mit dem Bild in der Kirche? Und: Was bewirkt es in ihnen?**

Die **Autorin Anna Maria Praßler**, geboren 1983 im bayerischen Schwaben, zog 2002 nach Berlin, studierte Film, Theater, Psychologie und Drehbuch, schreibt Drehbücher und Prosa, war für den Deutschen Filmpreis nominiert, las beim Ingeborg-Bachmann-Wettbewerb und unterrichtet an der Filmakademie Baden-Württemberg.

Der Platz in dir von Anna Maria Praßler | Tyrolia-Verlag | ISBN 978-3-7022-4340-1 | 128 Seiten | ab 12 Jahre

Eine spannende Geschichte – auch geeignet als Geschenk zur Firmung!