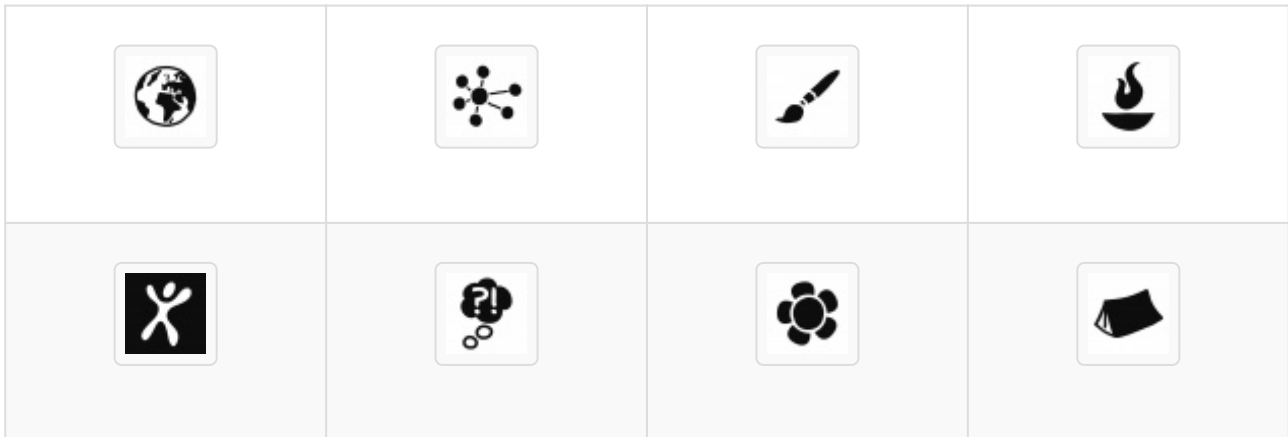


Körperbewusstsein und gesundes Leben – PIK8

URL: http://www.pik8.at/wiki/K%C3%B6rperbewusstsein_und_gesundes_Leben/

Archiviert am: 2025-09-19 21:20:07

8 Schwerpunkte



Körperbewusstsein und gesundes Leben ist einer der [Acht Schwerpunkte](#) der PPÖ.

(Anmerkung: dieser Schwerpunkt wurde durch die Bundestagung 2015 umbenannt; zuvor hieß er *Körperbewusstsein und körperliche Leistungsfähigkeit*)

Beschreibung

Du und dein Körper

Unser Körper ist eine Sensation. Niemand hat es bisher geschafft, auch nur annähernd etwas gleich Gutes nachzubauen. Für uns PfadfinderInnen ist es daher wichtig, unseren Körper gut zu kennen, zu wissen, was uns gut tut und was nicht. Wie sich unser Körper verändert und wie wir ihn pflegen und fit halten können.

In dem Schwerpunkt geht es auch um uns als Frauen und Männer. Was typisch für uns ist, unser Verhalten, unterschiedliche Rollen, Bedürfnisse oder auch unsere Sexualität.

Programmideen



Meinen Körper und seine Grenzen kennen, verstehen

- [Wintersport-Olympiade](#)

Meinen Körper fit halten, pflegen

- [Hygiene-ABC Staffellauf](#)
- [Waschbeutel packen](#)

Mich gesund ernähren, mit Lebensmittel umgehen

- [Wellness-Rezept](#)

Mein Geschlecht, Dein Geschlecht

- [Familienspiel](#)
- [Abstruse Gender-Gesetze der Geschichte](#)
- [Du spielst wie ein Mädchen](#)

Mein Leben als Frau / Mann / beides