



Wenn Essen zum Problem wird ...

Mehr als jedes 5. Kind zwischen 11 und 17 Jahren in Deutschland hat ein erhöhtes Risiko, Essstörungen zu entwickeln

Quelle: BZgA

Unbeschwert und lustvoll essen? Das fällt Kindern und Jugendliche, die Essstörungen haben, schwer.

Essen gehört zu unseren Grundbedürfnissen, aber es ist auch mit unseren Gefühlen verbunden. Es kann verwöhnen, kann trösten, kann helfen, Stress und Spannung abzubauen.

Doch wenn auf Dauer überwiegend aufgrund emotionaler Bedürfnisse oder seelischem Ungleichgewicht gegessen wird, dann gerät das gesunde Essverhalten aus dem Gleichgewicht.

Essstörungen sind ernsthafte Krankheiten mit schwerwiegenden seelischen und körperlichen Folgen.

MAGERSUCHT ANOREXIA NERVOSA

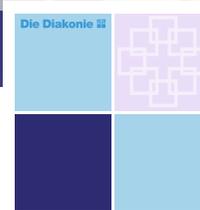
ESS-BRECH-SUCHT BULIMIA NERVOSA

ESSANFÄLLE BINGE-EATING-DISORDER

ÜBERGEWICHT ADIPOSITAS



Kontaktaufnahme



Du erreichst uns:

Montag bis Donnerstag 8:30 – 12:30 Uhr
14:00 – 17:00 Uhr

Freitag 8:30 – 12:30 Uhr

Telefon: 05741/9559

E-Mail: familienberatungsstelle@diediakonie.de

Gesprächstermine finden nach Vereinbarung statt!

Hier findest du uns:

In der Familienberatungsstelle: Pfarrstraße 5, Lübbecke

Online-Beratung:

www.evangelische-beratung.info/luebbecke



ESSSTÖRUNG

Angeleitete Gruppe für Kinder / Jugendliche mit einer Essstörung

Familienberatungsstelle



Kennst du das auch?

- » Ständiges Gedankenkreisen um essen/nicht essen
- » Gewicht/Figur wird zum Lebensmittelpunkt
- » Große Angst vor einer Gewichtszunahme
- » Gewichtsreduktion durch Abführmittel oder Appetitzügler
- » Gewichtsverringern durch strenges Hungern
- » Regelmäßiges Verzehren übergroßer Mengen
- » Vieles und/oder absichtliches Erbrechen
- » Abhängigkeit der Tagesstimmung von der Waage
- » Gewichtsabnahme steht nicht in Verbindung mit einer körperlichen Krankheit
- » Ausbleiben der Menstruation aufgrund der unregelmäßigen Ernährung



Zu dick, zu dünn oder doch gerade richtig?

Hast du schon einmal an eine Essstörung (Magersucht, Bulimie oder Adipositas) gedacht?

Dann komm zu uns, denn gemeinsam können wir es schaffen, unsere Themen anzupacken!

Wir sind eine Gruppe für 11- bis 18-Jährige mit einer Essstörung und wir wollen zusammen etwas für uns tun: Selbstwertgefühl, Gefühl für den eigenen Körper, Erfahrungsaustausch, Umgang mit Konflikten, Gemeinschaft erleben.

Wir treffen uns:

Wann: jeden 1. Montag im Monat
17.00 – 18.30 Uhr

Wo: Familienberatungsstelle
Pfarrstr. 5 in Lübbecke

Die Selbsthilfegruppe wird von einer Mitarbeiterin der Familienberatungsstelle angeleitet.



Offene Sprechstunde

Eine offene Sprechstunde für **Betroffene** und **Angehörige** für Fragen zum Thema Essstörungen:

Wann: jeden letzten Montag im Monat
17.00 – 18.00 Uhr

Wo: Familienberatungsstelle
Pfarrstr. 5 in Lübbecke

Grundsätze der Beratung:

- » Die Mitarbeiter/innen sind zur Verschwiegenheit verpflichtet
- » Ratsuchende kommen freiwillig zu uns
- » Sie können die Beratungsstelle unabhängig von Ihrer Konfession in Anspruch nehmen

Das Netzwerk Ess-Störungen für den Kreis Minden–Lübbecke unterstützt das Angebot!