

„Essstörungen - Ich?!“

- ✓ Haben Essen und Körpergewicht einen zentralen Stellenwert in Deinem Leben?
- ✓ Sind Dir Gefühle wie „Hunger“ oder „Sättigung“ fremd geworden?
- ✓ Bestimmst Du Dein Selbstwertgefühl und Dein Wohlbefinden hauptsächlich über Dein Körpergewicht?
- ✓ Vermeidest Du es, in der Öffentlichkeit zu essen, weil Du fürchtest, Du könntest zuviel essen?
- ✓ Veränderst Du Dein Essverhalten, wenn Dich Probleme oder Gefühle belasten?
- ✓ Wenn Du das Gefühl hast, Du hast zuviel gegessen, spürst Du dann ein Verlangen nach Gegenmaßnahmen wie z.B. Bewegung, Fasten, Erbrechen, Abführmittel, etc.?
- ✓ Hast Du das Gefühl, keine Kontrolle über Dein Essverhalten zu haben?
- ✓ Übst Du Kontrolle aus, um Dein Gewicht gering zu halten?

APFEL SCHORLE 80...
TOMATESUPPE 400...
PASTA TOMATI 700...
VERDAMMT, WIEDER
280 KALORIEN
ZU VIEL...



Wenn einige Fragen zutreffen:
Ruf einfach an: **0881/9270808**

Kind! Magersucht ist eine ernste gefährliche Sache!

PAH! SELBST LADY DI HATTE MAGERSUCHT! Das ist jetzt eben So, Mama!



Oder schreib uns eine Mail:
anad@mzt-oberland.de

Du findest uns im Internet:
www.ANAD.de

ANAD

Beratungsstelle für Essstörungen
MZT Oberland, Pütrichstr. 30 – 32,
82362 Weilheim

ANAD e.V.
Psychosoziale Beratungsstelle
bei Essstörungen, Außenstelle Weilheim

Im MZT-Oberland
Pütrichstr 30-32
82362 Weilheim

Ausprechpartnerin:

Sandra Oberemm
Dipl. Sozialpädagogin
Dipl. Tanztherapeutin (BVT)
Gestalttherapie

Telefon:

persönlich: 0881- 927 08 08
Termine: 0881- 92 36 600
Fax: 0881- 92 36 699
e-mail: anad@mzt-oberland.de

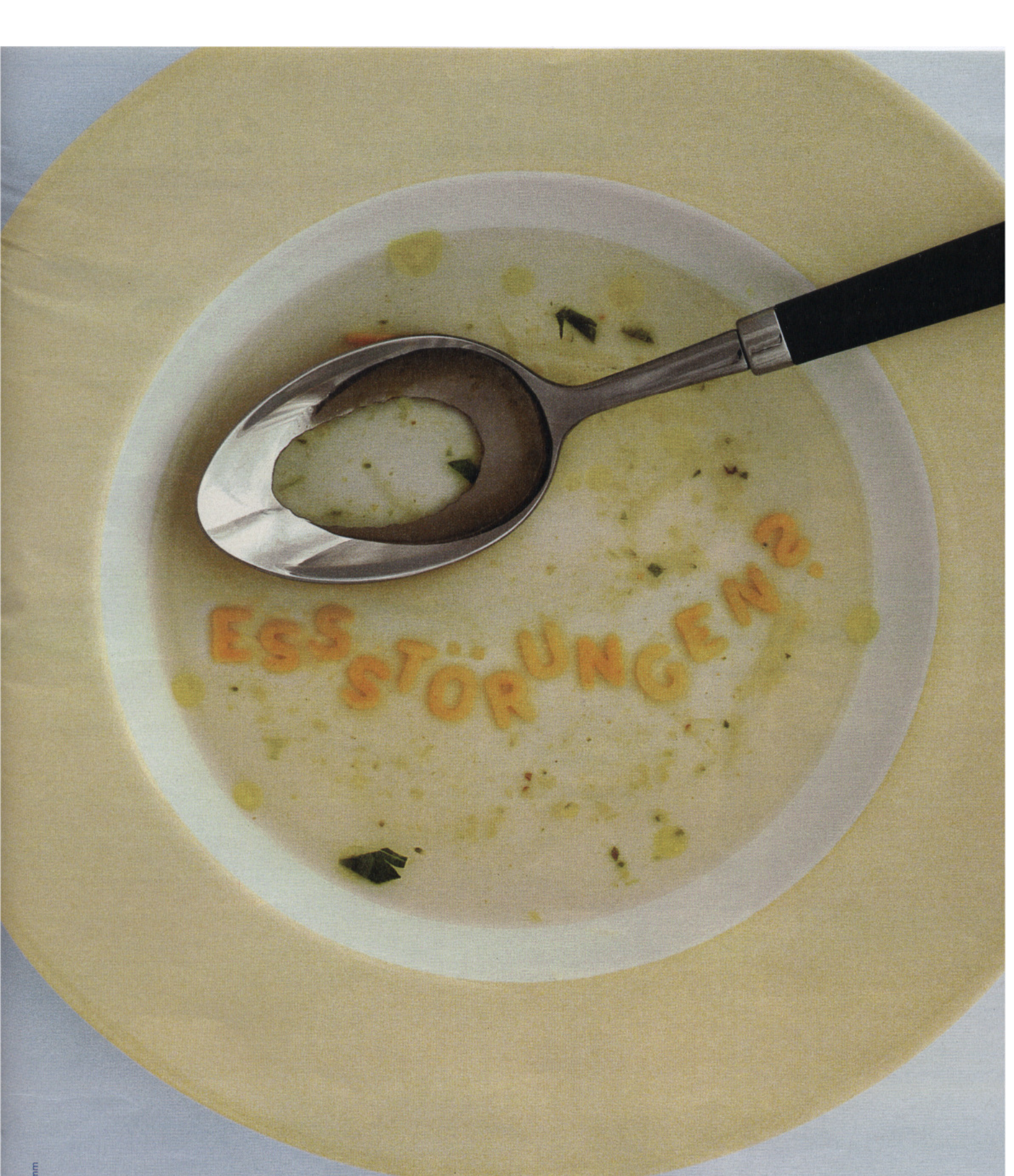
Öffnungszeiten:

Mo und Di: 8.00 - 13.30 Uhr
Mi: 8.00 - 17.00 Uhr

Und das bietet ANAD e.V. -Weilheim:
im Prinzip dasselbe wie
ANAD e.V. -München

- Psychosoziale Beratung für von Essstörungen Betroffene deren Angehörige
- Adäquate Weitervermittlung an ambulante, teilstationäre oder stationäre Maßnahmen
- Beratung für Professionelle, wie z.B. LehrerInnenInnen, SozialpädagogInnen etc.
- Infoveranstaltungen, Elternabende
- Fortbildungen für Fachpersonal, Interessierte, MultiplikatorInnen etc.
- Präventionsveranstaltungen z.B. in Schulen
- Vernetzung mit bestehenden Angeboten (anderen Beratungsstellen etc.)
- Therapiegruppe für Anorexie-, Bulimie-, und binge-eating-Betroffene
- Therapiegruppe für von Esssucht- Betroffene*
- Ernährungsberatung, Erstellen eines Essplans
- Kochgruppe*
- Angeleitete Selbsthilfe-Gruppe*
- Familientherapie-Seminare*
- Eltern-Gesprächskreis*

*in Planung bzw. Vorbereitung



Art: Gabriela Unseid, Foto: Hubertus Hamm

www.ANAD.de

Die Beratungsstelle
für Betroffene und Angehörige