



## Angebote in der Suchtprävention

### Esstörungen Workshops

Projektbeschreibung

#### Esstörungen

Hintergrund

Esstörungen sind nicht nur Ausdruck eines gestörten Hunger- und Sättigungsgefühls, sondern auch Ausdruck einer emotionalen Störung, die nicht selten in eine Krankheit übergeht.

Krankheitsformen:

- *Magersucht (Anorexia nervosa)*
- *Ess-Brech-Sucht (Bulimarexie/Bulimie)*
- *Esssucht mit Übergewicht (Binge-eating-disorder/Adipositas)*
- *Latente Esssucht*

*und weitere neue Formen.*

Immer noch vorwiegend betroffen sind Mädchen (ab 12 Jahren) und junge Frauen - in ansteigender Zahl. Auch Jungen sind zunehmend mit der Erkrankung Muskeldysmorphie, Bigorexie, Biggerexie betroffen.

Um effektiv aufzuklären, bieten wir Präventionsarbeit frühzeitig an mit dem Ziel der

**Suchtprävention.**

Diese bedeutet Stärkung der Kompetenz zum positiven Gesundheitsverhalten. Gefördert werden

- Körperwahrnehmung und Konsumfähigkeit
- Selbstbewusstsein und Beziehungsfähigkeit
- Risikokompetenz und Reflektionsfähigkeit
- Information, Aufklärung und Auseinandersetzung.

# Ihr Gesundheitsamt

informiert über:



Im **offenen Dialog** und unter Verwendung unterschiedlicher Methoden können sich

## Mädchen, junge Frauen, aber auch Jungen und junge Männer

- in Schulen (jeglicher Schulrichtung) der 5.-7. Jahrgangsstufe (nur Mädchen); ab 8. Klasse gemischt
- in Jugendgruppen (Mädchen 12.-14 Jahre; gemischt ab 15 Jahren)
- junge Frauen und junge Männer in Freizeitgruppen, und anderen Gruppierungen

über Erfahrungen, Probleme und Wünsche in Bezug auf Essen und Essverhalten in folgenden **Themenbereichen** - individuell erweiterbar – sprechen:

- Körper und Gesundheit
- Diäten, Abführmittel und Appetitzügler
- Lebensstile und gesellschaftliche Werte
- Schönheit, Sexualität usw.

## Multiplikatoren

Eltern, Erzieher, Lehrer und Gruppenleitungen können an Elternabenden, in Seminaren oder bei anderen Veranstaltungen Einblick in unser **Methodenangebot**, wie

- Spiele und Übungen zum Kennenlernen
- Gruppengespräche
- Kleingruppenarbeit
- Rollenspiele
- kooperative Spiele
- Massage- und Entspannungsübungen
- Einsatz audiovisueller Medien

gewinnen.

Abschließende **Reflexionsgespräche** mit allen Beteiligten tragen zur Weiterentwicklung unseres Bildungsprogrammes bei.

## Kooperationsbedingungen

Wenn Sie sich für unser Präventionsangebot im Bereich Essstörungen interessieren, können Sie sich gerne näher informieren und/oder unser Konzept anfordern.

Hier erhalten Sie weitere Informationen:

## Ihr Gesundheitsamt im Landkreis Augsburg

Prinzregentenplatz 4 | 86150 Augsburg | Tel: 0821-3102-2101 | Fax: 0821/3102-1101  
mailto: [gesundheitsamt@LRA-a.bayern.de](mailto:gesundheitsamt@LRA-a.bayern.de) aktualisiert

## Ihre Ansprechpartnerin:

Ulrike Wolf-Hauer  
Dipl.-Soz.päd. (FH)  
Tel.: 0821/3102-2111  
[ulrike.wolf-hauer@LRA-a.bayern.de](mailto:ulrike.wolf-hauer@LRA-a.bayern.de)