

Multiplikatoren

Eltern, Erzieher, Lehrer und
Gruppenleitungen

können an Elternabenden, in
Seminaren oder bei anderen
Veranstaltungen Informationen
über die Thematik „Essstörungen“
bekommen und Einblick gewinnen in
unser Methodenangebot, wie

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

Abschließende Reflexionsgespräche
mit den Mädchen/jungen Frauen
und/oder Jungen/jungen Männern,
aber auch den MultiplikatorInnen
tragen zur Weiterentwicklung – auch
unseres Bildungsprogrammes - bei.

Präventionsarbeit

Wenn Sie sich für unsere Präventions-
arbeit im Bereich Essstörungen
interessieren, können Sie sich
gerne näher informieren

auf unserer Homepage

www.landkreis-augsburg.de

Suchfunktionen

Themen/Lebenslagen

Gesundheit/Prävention

Gesundheitsamt

Suchtprävention

und/oder unser Konzept anfordern:

Kontakt

Ansprechpartnerin:

E-Mail: Ulrike.Wolf-Hauer@lra-augsburg.de

Tel.: 0821/3102-2111



Gesundheitsamt im
Landratsamt Augsburg

Prävention von Essstörungen

für
Mädchen und junge Frauen
für
Jungen und junge Männer



Esstörungen

sind nicht nur Ausdruck eines gestörten Hunger- und Sättigungsgefühls, sondern sind schwerwiegende psychosomatische Erkrankungen.

Krankheitsformen:

Magersucht (Anorexia nervosa)

Ess-Brech-Sucht (Bulimarexie/Bulimie)

Ess-Sucht mit Übergewicht (Binge-eating-disorder/Adipositas)

Latente Esssucht

und weitere neue Formen.

Immer noch vorwiegend betroffen sind Mädchen (ab zwölf Jahren) und junge Frauen – in ansteigender Zahl.

Um effektiv aufzuklären, setzen wir die 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 Reflexionsfähigkeit
- Information, Aufklärung und Auseinandersetzung.

Im offenen Dialog und unter Verwendung unterschiedlicher Methoden können sich

Mädchen, junge Frauen, aber auch Jungen und junge Männer

- in Schulen (jeglichen Schultyps) der 5.-7. Jahrgangsstufe (nur Mädchen); ab 8. Klasse auch 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 – durchaus individuell erweiterbar – austauschen:

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