



Essstörungen

Angeleitete Gruppe für Mädchen und junge Frauen

Beginnst du den Tag mit dem Blick auf die Waage? Bist du unzufrieden mit dir und deinem Aussehen? Kreisen deine Gedanken ständig um Essen oder Nicht-Essen? Zählst du Kalorien? Hast du schon mal eine Zeit lang gehungert oder leidest du unter Essanfällen mit anschließendem Erbrechen?

Das Thema Essen ist heutzutage für viele Mädchen und junge Frauen ein Problem. Der Kampf mit sich selbst und der Waage bestimmt häufig den Alltag und die Beziehungen der Betroffenen. Die Sorge um Gewicht und Figur ist aber nur das vordergründige Problem. Dahinter stehen oft tiefer liegende Wünsche, Unsicherheiten und Sorgen.

In der Gruppe kannst du dich im Austausch mit den anderen Teilnehmerinnen mit deiner Essstörung auseinandersetzen, Unterstützung im Alltag bekommen und erste Schritte der Veränderung gehen. Wir reden in der Gruppe nicht nur über das Essen, sondern über alle Themen und Fragestellungen, die dich und die anderen beschäftigen.

Die Gruppe ist kein Ersatz für eine Therapie. Sie ist jedoch vorbereitend, begleitend oder nachbereitend zu einer Therapie sehr sinnvoll.

Zielgruppe

Mädchen und junge Frauen von 14 bis 21 Jahren, die von einer Essstörung (Magersucht, Ess-Brech-Sucht, Mischformen) betroffen sind.

mittwochs, 17.00 – 18.30 Uhr

Für die Teilnahme an der Gruppe sind ein Vorgespräch und eine Anmeldung erforderlich. Die Aufnahme in die Gruppe ist fortlaufend möglich. Es wird ein Kostenbeitrag von 5 € pro Gruppentreffen erhoben.

Weitere Informationen und Anmeldung zum Vorgespräch unter

Tel. 06131/ 61 30 68

MädchenBeratung, Ute Spranger
Raimundstr. 2
55118 Mainz
maedchenberatung@maedchenhaus-mainz.de
www.maedchenhaus-mainz.de



MädchenHaus Mainz
FEMMA e.V.