

„Mein Dank noch mal für
ihre Unterstützung ... ich bin
gerade von meiner Tochter
zurückgekommen ...
die Therapeutenliste habe
ich weitergegeben ... und
auch von dem möglichen
Gesprächstermin habe ich
berichtet ... beides hat uns
darin unterstützt, meiner
Tochter wieder auf die Beine
zu helfen ... wir haben uns
ernstgenommen und geachtet
geföhlt ...
DANKE DAFÜR!!!“
Mutter einer
anorektischen Tochter



„Als Mann mit einer Ess-
störung ist es besonders
schwer, Unterstützung zu
finden. Es tut gut zu
wissen, hier 'richtig' zu
sein und ernst genom-
men zu werden. Durch das
Gespräch habe ich etwas
Klarheit bekommen und
fühle mich bestärkt,
mir einen Therapieplatz
zu suchen“
Mann, 37 Jahre



Anlauf- und Fachstelle zum Thema Essstörungen

ABAS

(Anorexie, Bulimie, Adipositas – Stuttgart)
Essstörungen wie Anorexie, Bulimie, Binge – Eating
– Störung, psychogene Adipositas sowie atypische
Essstörungen sind ernst zu nehmende Störungen,
die einer fachlichen Beratung und Behandlung
bedürfen.

ABAS ist sowohl für Betroffene als auch für Ange-
hörige häufig **erste Anlaufstelle** und bietet auch auf
dem weiteren Behandlungs-/Heilungsweg **Beglei-
tung und motivationsfördernde Unterstützung** für
die nächsten Schritte sowie **Überbrückungsberatung**
bis zur Weitervermittlung an.

Wir arbeiten **ressourcenorientiert** und gehen von
einer **Sinnhaftigkeit der Essstörung** für unsere
Klient_innen aus. Wichtige Fragen im Beratungs-
kontext sind somit:

- „Wofür steht das veränderte Essverhalten?“
- „Welche Funktion übernimmt das Essen?“
- „Wie kann ein nächster Schritt aussehen?“
- „Wo gibt es konkrete Unterstützungsmöglich-
keiten?“

Wir informieren und beraten auf verschiedenen
Wegen: Per E-Mail, Telefon, in persönlichen
Gesprächen und in Gruppenangeboten.

ABAS bietet für Betroffene, unabhängig von
Alter und Geschlecht, so wie für Angehörige,
Multiplikator_innen und Fachleute vielfältige

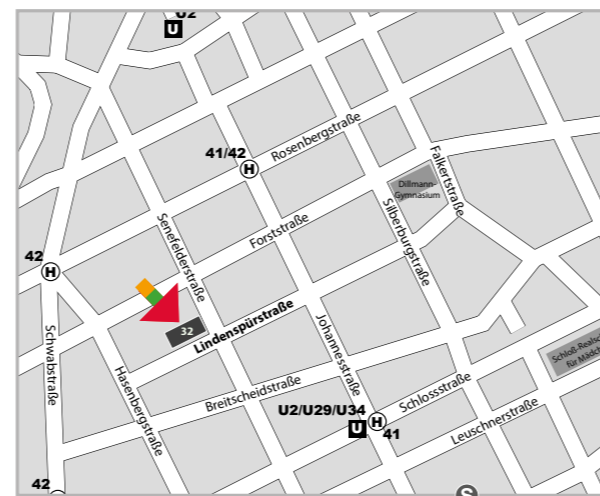
INFORMATIONEN

→ über Essstörungen, ambulante und
stationäre Behandlungsmöglichkeiten
und aktuelle Angebote sowie

BERATUNG

→ bei der Suche nach einem für die
Klient_innen geeigneten Unterstützungs-
und Behandlungsangebot und

GRUPPENANGEBOTE



U-Bahn U2/U29/U34:
Haltestelle Schloß-/Johannesstraße
Buslinie 41/42:
Rosenberg-/Johannesstraße

S-Bahn:
Haltestelle
Feuersee



Unsere Räume
sind rollstuhlgerecht



GesundheitsLaden e.V.
Lindenspürstr. 32
70176 Stuttgart

Fon 0711 305685-10
Fax 0711 305685-11

info@gesundheitsladen-stuttgart.de
www.gesundheitsladen-stuttgart.de

Bankverbindung: BW-Bank Stuttgart
IBAN: DE70 6005 0101 0002 4647 30 | BIC: SOLADEST600
Kto-Nr. 2464730 | BLZ: 60050101

Der GesundheitsLaden e.V. ist auf Spenden angewiesen.
Wir freuen uns über jede Unterstützung!

STU TTGART



Der GesundheitsLaden e.V. wird gefördert
durch die Stadt Stuttgart und das Land
Baden-Württemberg.

DER PARITÄTISCHE
BADEN-WÜRTTEMBERG

Wir sind Mitglied bei
Der PARITÄTische Baden-Württemberg e.V.

MÄDCHEN
gesundheitsladen

Fon 0711 305685-20
Fax 0711 305685-11

Telefonzeiten:
Di-Do 10:00-16:00 Uhr

info@maedchengesundheitsladen.de
www.maedchengesundheitsladen.de

JUNGEN
IM BLICK

Fon 0711 305685-30
Fax 0711 3056 85-11

Telefonzeiten:
Di-Do 10:00-16:00 Uhr

mail@jub-stuttgart.de
www.jungen-im-blick.de

ABVS
Anlaufstelle bei Essstörungen

Fon 0711 305685-40
Fax 0711 305685-11

Telefonzeiten:
Di-Do 09:00-11:00 Uhr

info@abas-stuttgart.de
www.abas-stuttgart.de

GesundheitsLaden e.V.

MÄDCHEN
gesundheitsladen

Präventions- und Beratungs-
stelle für Mädchen und junge
Frauen in den Bereichen
Gesundheitsförderung,
sexuelle Bildung, Sucht-
und Gewaltprävention

JUNGEN
IM BLICK

Präventions- und Beratungs-
stelle für Jungen und junge
Männer in den Bereichen
Gesundheitsförderung,
sexuelle Bildung, Sucht-
und Gewaltprävention

ABVS
Anlaufstelle bei Essstörungen

Anlauf- und Fachstelle bei
Essstörungen für Betroffene
und Angehörige

„Gesundheit bedeutet,
Spaß am Leben zu haben“
Junge, 13 Jahre

- GENDERPERSPEKTIVE
- SALUTOGENESE
- LEBENSKOMPETENZFÖRDERUNG
- RESSOURCENORIENTIERUNG
- PARTIZIPATION
- NACHFRAGEORIENTIERUNG

„Gesundheit, das ist
immer auch eine
eigene Definition“
Mädchen, 15 Jahre

„Gesundheit ist,
wenn ich mich rundum
wohlfühle“
Mädchen, 14 Jahre

„Gesundheit ist für
mich fit sein und sich
mit Freunden treffen“
Junge, 14 Jahre

GIRLS* ONLY!

EIGENSINN UND LEBENSLUST

Mädchen-Sein birgt viele bunte und spannende Facetten und vor allem in der Pubertät auch viele Herausforderungen: z.B. mit dem sich verändernden Körper zurecht kommen, sich verlieben, Sexualität erleben, mit vielen Fremd- und Eigenerwartungen konfrontiert werden und dabei sich selbst und eigene Wünsche nicht aus den Augen verlieren.

Wir unterstützen Mädchen darin, selbstbewusst und im eigenen Tempo die Anforderungen der Pubertät zu meistern, sich kritisch mit gesellschaftlichen Ansprüchen auseinanderzusetzen sowie ein positives Körpergefühl und Freude am „So-Sein“ zu entwickeln. Das tun wir mit einer parteilichen Grundhaltung.

 **MÄDCHEN**
gesundheitsladen

„Ich komme gern
zu JUB, weil es
mir da Spass
macht. Ich kann
unterschiedliche
sachen lernen,
vorallem, wie ich
meine Aggressionen
in den Griff
bekomme.“
Junge, 14 Jahre



„Was ein
Mann tut,
ist männlich!“
Junge, 19 Jahre

JUNGEN
IM **BLICK**



GesundheitsLaden e.V.

Präventions- und Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen

Präventions- und Beratungsstelle für Jungen und junge Männer

Der geschlechtsbezogene Blick auf Gesundheit und Gesundheitsförderung ist der Aspekt, der die drei Einrichtungen des GesundheitsLadens e.V. bei aller Verschiedenheit und unterschiedlichen Zielgruppen eint und der uns in Stuttgart und darüber hinaus zu kompetenten und geschätzten Ansprechpartner_innen macht.

Uns interessiert die Fragestellung, was den Menschen gesund erhält bzw. was zu seiner Heilung beiträgt. Eine solche salutogenetische Zugangsweise beinhaltet den Blick auf das Gelingende und auf Ressourcen.

Wichtig ist uns, Mädchen und Jungen, Frauen und Männer in ihrer spezifischen Lebenswelt mit ihren Fragen, Sorgen und Wünschen ernst zu nehmen und mit ihnen gemeinsam Perspektiven und Wege dorthin zu entwickeln.

Besonders wollen wir Jugendliche dazu befähigen, aktiv und selbstbewusst mit den Klippen der Lebensphase Pubertät umzugehen. Dies schließt auch einen kompetenten Umgang mit riskanten Verhaltensweisen ein.

- „Wie kann gutes Großwerden bei Mädchen und Jungen gelingen?“
- „Was brauchen Betroffene, um sich von einer Essstörung verabschieden zu können?“
- „Welche zielgruppenspezifische Angebote des GesundheitsLadens haben sich bewährt und welche neuen Aufgaben kommen auf uns zu?“

Solche Fragestellungen bieten uns Orientierung, unseren Kurs weiterhin in die richtige Richtung auszurichten.

BERATUNG

Wir bieten sowohl einmalige Informationsberatung als auch längerfristige psychosoziale Beratung für Mädchen an.

Häufige Themen hierbei sind:
Esstörungen, Stress in der Schule, familiäre Probleme, selbstverletzendes Verhalten, depressive Verstimmungen, sexuelle und geschlechtliche Identität.
Auch ratsuchende Eltern, Lehrer_innen und Freund_innen können sich an uns wenden.

„Für mich war die Beratung absolut notwendig und hilfreich. Mir hat gefallen, dass die Beratung an jeden Fall individuell angepasst wird und ich auch sehr lebensnahe Tipps z.B. für meine Schlafstörungen bekommen habe. Ich weiß gar nicht, wie ich die schwierige Zeit sonst durchgestanden hätte.“
Mädchen, 18 Jahre

FORTBILDUNGEN

Zu allen genannten Themen bieten wir für Teams, Lehrer_innen, Pädagog_innen und andere Multiplikator_innen kollegiale Supervision, Fortbildungen, Fachveranstaltungen und Vorträge an.

WORKSHOPS FÜR MÄDCHEN

Hier spielen Nachfrageorientierung und Partizipation eine große Rolle. Neben kreativen sowie selbstreflexiven Anteilen und Informationsvermittlung regen wir den Austausch der Mädchen untereinander an und nehmen sie als Expertinnen ihrer Lebenswelt ernst.

Die Länge eines Workshops richtet sich nach dem jeweiligen Bedarf und kann von 2 h/halbtägig/ganztägig bis zu mehrtägigen Projekten variieren.

EINE AUSWAHL UNSERER THEMEN:

- Pubertät
- Suchtprävention und Lebenskompetenzförderung
- Selbstbehauptung
- Soziale Kompetenz
- Körper, Aussehen, Essstörungen
- Beziehungsgestaltung
- Sexualität
- Stress und Entspannung

JUNGE* SEIN HEUTE – WAS BEDEUTET DAS?

Jungen sind (gerade in der Jugendphase) vielfältigen geschlechtsbezogenen Anforderungen ausgesetzt. Sie stehen im Spannungsfeld von stark sein müssen – schwach sein dürfen, bewegen sich zwischen gesundheitsförderlichen und riskanten Lebensweisen, sind Täter und Opfer, suchen Nähe – gehen auf Distanz und suchen nach der eigenen (sexuellen) Identität. Uns ist dabei wichtig: es gibt nicht „die“ Jungen – sondern für uns steht der individuelle Mensch mit seinen spezifischen Ressourcen und Problemen im Mittelpunkt.

WIR ÜBER UNS:

Wir verstehen uns als solidarisch-kritisch orientierte Einrichtung, die nachfrageorientiert mit Jungen arbeitet.

KOOPERATION

Der **Mädchengesundheitsladen** und **Jungen im Blick** bieten zu allen genannten Themen **Kooperationsprojekte und Workshops** an, bei denen wir gemeinsam mit Mädchen und Jungen arbeiten, besonders im Bereich Soziale Kompetenz und Pubertät. Einen besonderen Schwerpunkt legen wir hier auf den gelingenden Umgang zwischen Mädchen und Jungen und auf die Frage, wie und was sie voneinander lernen können.

Selbstverständlich bieten wir Beratung für queere/trans*/inter*-Jugendliche an.

