

## Unsere Angebote zur Prävention für junge Erwachsene

Grundsätzlich geht den Präventionsveranstaltungen ein Vorgespräch voraus. Hierbei können individuelle Fragestellungen und Anliegen der jeweiligen Gruppe geklärt werden.

### Informationsveranstaltung zum Thema Essstörung

- Inhalte:

Überblick über

- die verschiedenen Essstörungen und die damit verbundenen Risiken
- die Entstehungshintergründe von Essstörungen
- Warnzeichen für eine Essstörung
- Behandlungsmöglichkeiten von Essstörungen
- Möglichkeiten der Intervention für Personen aus dem sozialen Umfeld einer/-s Betroffenen („was mache ich, wenn eine Person aus meinem privaten/beruflichen Umfeld Anzeichen einer Essstörung zeigt?“)

- Methoden:

Vortrag und anschließende Diskussion

- Zeitlicher Rahmen:

1,5 Stunden

- Kosten:

60 Euro in unseren Räumlichkeiten

75 Euro (zzgl. Fahrtkosten) außerhalb unserer Einrichtung

- Ort:

Nach Absprache sind Informationsveranstaltungen in unseren Räumlichkeiten möglich.

ABAS  
Anlauf- und Fachstelle  
bei Essstörungen  
Lindenspürstr. 32  
70176 Stuttgart

Telefon 0711/30 56 85 40  
Telefax 0711/30 56 85 11  
info@abas-stuttgart.de  
www.abas-stuttgart.de

Telefonzeiten  
Di, Mi und Do jeweils 9:00 – 11:00 Uhr



## Workshops

- Das Setting eines jeweiligen Präventionsworkshops zum Thema Essstörung kann je nach Bedarf variieren: 2 Stunden, 3 Stunden, Projekttag oder auch aufeinanderfolgende Termine.
- Die Workshops können hierbei individuell zusammengestellt werden. Folgende **Themen** können den inhaltlichen Schwerpunkt darstellen:
  - Grundlegende Informationen über die verschiedenen Essstörungen und die damit verbundenen Risiken
  - Information über das multifaktorielle Entstehungsgeschehen einer Essstörung
  - Kritische Auseinandersetzung mit dem vorherrschenden Schönheitsideal und Förderung der Medienkompetenz
  - Förderung einer gesunden Körperwahrnehmung und Entwicklung eines positiven Selbstbilds
  - Förderung bzw. Erhaltung eines gesunden Essverhaltens
  - Informationen über professionelle Unterstützungsmöglichkeiten bei Essstörungen und Möglichkeiten der Intervention für Personen aus dem sozialen Umfeld einer/ -s Betroffenen („was mache ich, wenn eine Person aus meinem privaten/ beruflichen Umfeld Anzeichen einer Essstörung zeigt?“)
- Die Workshops beinhalten Informationsvermittlung sowie kreative und selbstreflexive Anteile. Es erfolgt demnach ein interaktiver, vielfältiger Methodeneinsatz: (Klein-)Gruppenarbeit, Selbstreflexionsübungen, Diskussion, Austausch, Videoarbeit etc.
- Damit die Teilnehmenden eine niederschwellige Beratungsstelle kennenlernen können, bieten wir die Workshops auch in unseren Räumlichkeiten an.
- Die Kosten belaufen sich auf 40 € pro Zeitstunde je Gruppe (in unseren Räumlichkeiten) bzw. 50 € pro Zeitstunde je Gruppe (außerhalb unserer Räumlichkeiten).

**Bei weiteren Fragestellungen rund um das Thema Essstörungen kommen Sie gerne auf uns zu.**

ABAS  
Anlauf- und Fachstelle  
bei Essstörungen  
Lindenspürstr. 32  
70176 Stuttgart



Telefon 0711/30 56 85 40  
Telefax 0711/30 56 85 11  
info@abas-stuttgart.de  
www.abas-stuttgart.de



Telefonzeiten  
Di, Mi und Do jeweils 9:00 – 11:00 Uhr