



Elternkreis:

Essgestörter Töchter und Söhne Bremen

www.elternkreis-essstoerung-bremen.de

Verantwortlich:

Elternkreis Essgestörter Töchter und Söhne
Bremen, Verantwortlichenkreis
Postfach 770 335
28703 Bremen

Telefon: 0421- 58 39 34

Bankverbindung:

Postbank Hamburg
BIC: PBNKDEFF
IBAN: 60200100200794902207

Treffpunkt:

BARMER GEK

Domshof 11
28195 Bremen



Mit freundlicher Unterstützung der

BARMER GEK



ELTERNKREIS
ESSGESTÖRTER
TÖCHTER
UND SÖHNE

B R E M E N



Wir stärken uns...

Was ist Magersucht (Anorexie)?

- Starke Gewichtsabnahme durch ein zwanghaft süchtiges Hungern.
- Extreme Angst vor einer Gewichtszunahme. Übermäßige sportliche Aktivitäten.
- Körperschemastörungen, die Betroffenen fühlen sich immer zu dick.
- Die Psyche ist vom Essen völlig gefangen genommen (Zählen und Berechnen von Kalorien; kaum noch soziale Kontakte).
- Häufiger Beginn in der Pubertät. Überwiegend sind Mädchen betroffen, zunehmend auch Jungen.

Was ist Ess-Brech-Sucht (Bulimie)?

- Anfallartig und süchtig werden Unmengen an Nahrung zu sich genommen, bis zu 30.000 Kalorien pro Tag.
- Das Essen wird sofort wieder erbrochen.
- Die Gedanken kreisen, wie bei der Magersucht, um nichts anderes als Nahrung.
- Finanzielle Schwierigkeiten, bedingt durch den großen Nahrungsmittelkonsum.
- Essens gier und das folgende Erbrechen werden geheim gehalten.
- Die Betroffenen sind meist normal gewichtig. Außenstehende erkennen die Essstörung kaum.

Fresssucht (Adipositas)

- und eine Vielzahl von Zwischenformen sind heute bekannt und werden von uns thematisiert.

Das sollten Sie wissen

- Eine Essstörung ist keine Ernährungsstörung, sondern eine schwere psychische Krankheit.
- Sie ist eng verbunden mit dem in den Industrienationen vorherrschenden Schlankheitsideal.
- Essstörungen werden weitgehend durch Belastungssituationen, Konflikte und Probleme ausgelöst.
- Ca. 7% der Jugendlichen sind gefährdet.
- Diäten oder Fastenkuren sind oftmals der Anfang einer Essstörung - rund 10% aller Magersüchtigen sterben.
- Die Wege aus einer Essstörung heraus sind mühsam. Rechtzeitige fachliche Beratung und Psychotherapien helfen die Krankheit zu überwinden.

Wie helfen wir?

- Im gemeinsamen Gespräch lernen wir voneinander mit essgestörten Töchtern und Söhnen besser umzugehen, Fehlverhalten zu erkennen und zu korrigieren. Wir geben eigene Erfahrungen und Informationen weiter.
- Es ist eine Erleichterung mit Menschen in einer ähnlichen Situation zu sprechen, sich offen und ehrlich über bestehende Ängste und Sorgen auszutauschen wirkt entlastend.
- Wir sprechen mit Fachleuten, ehemals Erkrankten und Eltern genesener Kinder.
- Wir haben themenbezogenes Material und Informationen zusammengetragen.
- Eine Fachbücherbibliothek ist vorhanden
- Wir veranstalten Elternseminare.

Unser Selbstverständnis

- Der Elternkreis ist eine Selbsthilfegruppe für betroffene Eltern, deren Kinder an einer Essstörung erkrankt sind.
- Wir gehen in erster Linie auf die Bedürfnisse der Eltern ein und wollen uns in unserem Handeln und Tun stärken.
- Die Teilnahme ist freiwillig und ohne jegliche Verpflichtung.
- Vertraulichkeit ist oberster Grundsatz. Alles was im Elternkreis gesprochen wird, unterliegt der Schweigepflicht. Uns anvertraute Personendaten bleiben im Elternkreis.
- Eltern, die erstmals den Elternkreis besuchen, werden im vorherigen persönlichen Gespräch unterstützt und informiert.
- Innerhalb der Gruppe besteht ein Verantwortlichenkreis, der unter anderem den Abend leitet.

Treffen

- Die Elternkreistreffen finden regelmäßig am 1. und 3. Montag des Monats statt, außer in den Bremer Schulferien und an Feiertagen.
- Wir treffen uns im Haus der BARMER GEK von 19:30 Uhr bis 21:30 Uhr. Neue Eltern kommen bitte um 18:30 Uhr (Adresse s. Rückseite).