



MIT ANAD® SCHRITT FÜR SCHRITT AUS DER ESSSTÖRUNG

ANAD® (Anorexia Nervosa and Associated Disorders) startete 1984 als Selbsthilfeorganisation für Menschen mit Essstörungen.

Als einer der ersten Anbieter gründete ANAD® 1994 auf Essstörungen spezialisierte therapeutische Wohngruppen in München. Durch die Möglichkeit im Alltag integriert zu bleiben und gleichzeitig intensive Therapie zu erhalten, kombiniert ANAD® auf einzigartige Weise die Vorteile einer stationären Behandlung mit denen einer ambulanten Therapie. Der multidisziplinäre Behandlungsansatz, bestehend aus Psycho- und Ernährungstherapie sowie sozialpädagogisch betreutem Wohnen, bewährt sich seit über 30 Jahren.

ANAD® hat sich im Laufe der Jahrzehnte zu einer der wichtigsten Anlaufstellen für Beratung und Therapie bei Essstörungen entwickelt.

KONTAKT

unter der Telefonnummer 089/219973-0
oder per E-Mail an info@anad.de

TELEFON- UND ONLINEBERATUNG

Kompetent, anonym und **kostenfrei** beraten wir Sie telefonisch oder online bei Fragen zu problematischem Essverhalten und Essstörungen. Wir geben Ihnen Entscheidungshilfen an die Hand und informieren Sie über Therapiemöglichkeiten.

GESCHWISTERSPRECHSTUNDE

In dieser **kostenfreien Sprechstunde** bieten wir Geschwistern einen professionell begleiteten Rahmen um über die eigenen Sorgen und Probleme im Umgang mit der erkrankten Schwester oder dem Bruder zu sprechen.

Kosten und Veranstaltungsorte sowie unser umfangreiches Beratungs- und Therapieangebot finden Sie auf unserer Internetseite www.anad.de.



ANAD® e.V.
VERSORGUNGSZENTRUM ESSSTÖRUNGEN
Poccistraße 5 | 80336 München
Tel.: 089/219973-0 | Fax: 089/219973-23
E-Mail: info@anad.de

 www.anad.de

 www.facebook.com/ANAD.muc

 live.anad.de/



Mitglied im Bundesfachverband Essstörungen e.V.

VERSORGUNGSZENTRUM ESSSTÖRUNGEN



VORTRÄGE, WORKSHOPS UND VERANSTALTUNGEN





ESSSTÖRUNGEN VORBEUGEN

Die Mehrzahl der normalgewichtigen oder untergewichtigen Jugendlichen wären lieber dünner. Mehr als 20% der deutschen Jugendlichen haben Anzeichen eines gestörten Essverhaltens und schon Achtjährige beginnen eine Diät. Das sind Entwicklungen die erschrecken.

ANAD MOBIL UNTERWEGS

Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht über Risiken und Entstehung von Essproblemen aufzuklären und konkrete Hilfe sowie Unterstützung anzubieten. Unser Ziel ist es Menschen stark gegen Essstörungen zu machen.

WENN ES UM DAS THEMA ESSSTÖRUNGEN GEHT, UNTERSTÜTZEN WIR SIE GERNE MIT

- | Schulungen von Lehrern und Fachkräften
- | Themenbezogen Elternabenden
- | Schülersprechstunden
- | Projekttagen
- | Workshops

FACHVORTRÄGE

Für Kinder und Jugendliche ist das Risiko an einer Essstörung zu erkranken besonders hoch. Deshalb ist es für Lehrer, Erzieher, Trainer und andere Fachkräfte aus dem Bereich der Kinder- und Jugendarbeit besonders wichtig, Anzeichen einer Essstörung zu erkennen und die Sicherheit zu haben richtig reagieren zu können.

Für die spezifischen Anforderungen an folgende Berufsgruppen bieten wir Vorträge an:

- | Fachkräfte an Kinderkrippen, Horte, und Kindergärten
- | Lehrer und Fachkräfte an Schulen
- | Fachkräfte am Jugendamt, in sozialen Einrichtungen und an Beratungsstellen

WORKSHOPS FÜR SCHULKLASSEN

Wir kommen im Rahmen eines interaktiven Workshops offen und ungezwungen ins Gespräch. Gemeinsam beschäftigen wir uns u. a. mit folgenden Themen:

- | Was sind die Anzeichen und wie sieht der Krankheitsverlauf von Essstörungen aus?
- | Was machen Schönheitsideale mit uns?
- | Was bedeutet normales Essverhalten?
- | Wie können wir unseren Selbstwert stärken?

SCHÜLERSPRECHSTUNDE

Beratung direkt an Ihrer Schule – vor Ort beantworten wir im Einzelkontakt Fragen rund um das Thema Essstörungen. Schüler haben die Möglichkeit in einem niederschweligen Rahmen schnell und unkompliziert Informationen und Hilfe zu bekommen.

FOOD-DIARIES-THEATERSTÜCK

Packend realistisch und beeindruckend emotional bringen zwei Schauspielerinnen in diesem Theaterstück von Heidi de Blum das kranke Erleben und die enge Welt einer Essgestörten auf die Bühne ihrer Schule oder Einrichtung, nicht jedoch ohne den Weg aus diesem zerstörerischen Kreislauf aufzuzeigen.

Die Veranstaltung endet mit einer Diskussionsrunde, die von einer ANAD-Mitarbeiterin geleitet wird.

SELBSTWERT-KURS *teenpower*

Gefühle wahrnehmen, Schüchternheit überwinden, Unsicherheit besiegen, Neues wagen, mutig sein, stark werden – Teenpower ist ein von erfahrenen teenpower Trainerinnen geleitetes Programm, das Jugendliche in ihrer persönlichen Entwicklung unterstützt. Von Pia Beck-Rydahl entwickelt, wird es seit 2005 sehr erfolgreich durchgeführt.

ELTERNABENDE

Zur Stärkung der Elternkompetenz bieten wir folgende Vorträge an:

- | **Kindertagesstätten:** Entspannt essen mit Kindern!
- | **Grundschulen:** Essen – kein Problem für starke Kinder!
- | **Weiterführende Schulen:** Wenn Essen zum Problem wird!

