



**Food Diaries**  
Essgeschichten

**PRÄVENTIONSTHEATER  
AN SCHULEN UND FÜR INFORMATIONSVERANSTALTUNGEN**



# Warum...

## ...PRÄVENTIONSTHEATER?



Theaterstücke eignen sich besonders, um einen Einstieg in Themen zu geben, die in unserer Gesellschaft immer mehr präsent sind. Ein Text aus dem Lehrbuch hat hier leider oftmals nicht die Möglichkeit, die Zuschauer so zu erreichen wie wahre Geschichten.

Wir, die Konsumenten von modernen Medien wie Fernsehen und Internet, sind einiges gewöhnt. Und doch berührt es uns, die ungeschönte Wahrheit über den Alltag einer Essgestörten mitzuerleben und die Schattenseiten der Nutzung von Sozialen Medien zu sehen. Es sind Thematiken, deren Existenz und Auswirkungen der Mehrheit der Bevölkerung zwar bekannt, in ihrer Dramatik aber nicht bewusst sind. Die Realität zeigt, dass diese Themen so aktuell sind wie noch nie und es an der Zeit ist, offen darüber zu sprechen.



Unsere Angebote richten sich grundsätzlich an Schülerinnen und Schüler ab der 7. Klasse. Des Weiteren eignen sie sich auch für Studierende, Lehrpersonal und Angehörige.

Die Theaterstücke sollen Denkanstöße geben, informieren und dazu anregen, ins Gespräch zu kommen.

# Food Diaries

AUTORIN: HEIDY DE BLUM



## Schirmherrschaft ANAD e. V. aus München

Das Theaterstück besteht aus einzelnen wahren Geschichten rund um die Themen Essstörung, Schlankeitswahn und Schönheitsideale. Die Schauspielerin schlüpft in die Rollen unterschiedlicher junger Frauen und erzählt deren Geschichten. So ermöglicht dieses Theaterstück einen Einblick in die Gedankengänge von Mädchen und Frauen, den man sonst nur schwer nachvollziehen kann oder uns verwehrt bleibt. Die angesprochenen Themen reichen von Anorexie und Bulimie über Binge Eating bis hin zu Germany's Next Topmodel und spiegeln somit die Realität in all ihren Facetten wider.

Noch etwas möchte uns die Autorin mitteilen: Junge Menschen brauchen die Möglichkeit zu lernen, dass sie in ihrem Körper zufrieden sein können, so, wie sie sind; und es gibt einen Weg heraus aus diesem zerstörerischen Kreislauf. Das ist die eigentliche Botschaft des Stückes.

Food Diaries soll das Publikum für das Thema Essstörungen sensibilisieren.

Es werden Informationen zu Beratungsstellen bereitgestellt und dazu ermutigt, Unterstützung anzunehmen.

Weiteres Infomaterial zur Nachbesprechung sowie hilfreiche Tipps werden durch Infomaterial von ANAD e.V. bereitgestellt.





# ANGEBOT



## **THEATERSTÜCK, VORTRAG, NACHBESPRECHUNG**

Dauer ca. 1,5 Stunden; Preis 500 Euro

ODER



## **INTERAKTIVER PROJEKTTAG**

Theaterstück, Vortrag, Nachbesprechung und Workshops

Durch die Workshops besteht die Möglichkeit, dass sich die Schülerinnen und Schüler kritisch mit Themen auseinandersetzen, die Einfluss auf die Entstehung von Essstörungen haben können.

**Themen dabei können sein:** Schönheitsideale, der Einfluss der (sozialen) Medien, Vorbilder, achtsame Ernährung, Selbstwert, Umgang mit Gefühlen

Der Projekttag wird durch eine staatlich anerkannte Sozialpädagogin durchgeführt. Preis auf Anfrage



## **INFOABENDE ZUM THEMA ESSSTÖRUNGEN FÜR ELTERN ODER LEHRERINNEN**

Eltern und LehrerInnen fühlen sich oft überfordert, wenn sich bei Jugendlichen alles nur noch um das Thema »Essen« dreht. Wie können Sie unterstützen und begleiten? Welche Hilfemöglichkeiten gibt es? Was kann man präventiv tun?

Die Infoabende werden durch eine staatlich anerkannte Sozialpädagogin und Familienberaterin durchgeführt.

Preis auf Anfrage



# On-Line

AUTORIN: LENNORA ESI

Inspiziert durch Gespräche und Austausch mit Jugendlichen behandelt »On-Line« in verschiedenen Geschichten und Monologen Themen, welche besonders junge Menschen in der heutigen Zeit beschäftigen. Von Cyber-Mobbing über Influencer und Trends bis hin zur Körperoptimierung werden mal humorvoll, mal ernst, mal ermittelnd Pro und Contra der Soziale Medien gegeneinander abgewogen.

Im Vordergrund stehen vor allem Fragen rund um die Bereiche Psyche und Körper. In einer Welt, die sich zwischen Posts, Klicks und Filtern abspielt – wie belastend ist das Streben nach Likes wirklich? Verändern FaceApps und perfekte Aufnahmen wie wir uns im Spiegel sehen?

Mit On-Line wollen wir ein neues Theaterstück an Schulen bringen. Die Thematik beeinflusst uns alle immer mehr und prägt den Alltag junger Menschen heutzutage. Wie gehen wir mit dem und durch die Sozialen Netzwerke miteinander und mit uns selbst um? Wie verändert es unsere Weltanschauung, unseren Dialog, unsere Selbstwahrnehmung? Diesen Fragen möchte das Theaterstück auf den Grund gehen und anschließend kritisch darüber diskutieren. Doch nicht nur die negativen Seiten werden hierbei beleuchtet, auch positive und inspirierende Ereignisse werden angesprochen. Das Stück ist keine Moralpredigt, sondern viel mehr ein Impuls um über unser Verhalten on- und offline nachzudenken.

## Angebot

Theaterstück, Nachbereitung/Workshop; Dauer ca. 1,5 Stunden; Preis 500 Euro



# Über uns



**Heidy de Blum**

*(Autorin Food Diaries)  
Sozialpädagogin,  
Familienberaterin und  
Schauspielerin*

**Kontakt:**

*heidydeblum@gmail.com*



**Lennora Esi**

*(Autorin On-Line)  
Darstellende Künstlerin,  
Schriftstellerin*

**Kontakt:**

*lennoraesi@gmail.com*



**Paula Kuhn**

*(Organisation, sozial-  
pädagogische Begleitung)  
Sozialpädagogin, angehende  
systemische Beraterin*

**Kontakt:**

*paula.kuhn@familylab.de*

# Kontakt

**Haben Sie Interesse oder möchten Sie nähere Informationen?**

**Dann schreiben Sie an:**

**[paula.kuhn@familylab.de](mailto:paula.kuhn@familylab.de)**

**oder rufen Sie an unter**

**01 51-54 35 69 45**



**UNTERSTÜTZT DURCH**

