

Selbsthilfegruppen zu Essstörungen im SEKIZ

Die Gruppen für **Betroffene von Essstörungen** und die **Elterngruppe, deren Kinder von Essstörungen betroffen** sind, bieten im geschützten Rahmen einen Platz zum Reden.

Mr & Mrs Perfect

Betroffene Anorexie/Bulimie am 1. und 3. Montag
im Monat um 17:00 Uhr

Essstörungen – Gesprächsrunde Eltern

am 2. Montag im Monat um 17:00 Uhr

Über_Gewicht – Gemeinsam auf dem Weg

zur eigenen Balance ohne Magen-OP
Betroffene Mehrgewicht/Binge Eating
am 2. und 4. Mittwoch im Monat, um 17:00 Uhr

Overeaters Anonymous

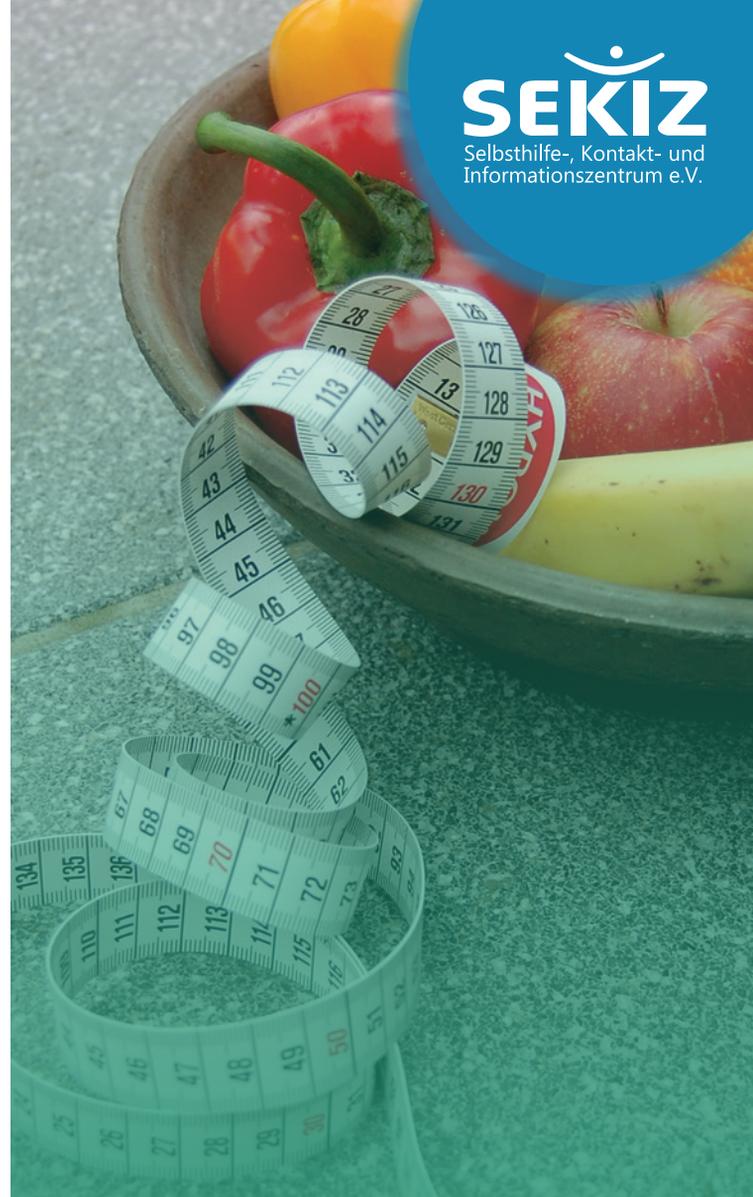
freitags um 19:00 Uhr

Weitere Infos und Anmeldung zu den bestehenden
Gruppen: Annett Lange,
Mail: hilfe@sekiz.de, Tel.: 0331 62 00 280

Ist die richtige Gruppe nicht dabei?
Wir unterstützen Sie gern bei der Neugründung
einer Selbsthilfegruppe.



Foto Hände: © Michal Jarmoluk pixabay.de
Foto Titel & Grafik: Grit M. Wolff, www.kittyfix.de, Stand: 06|2023



TRIALOG bei Essstörungen
Ein Wissens- und Erfahrungsaustausch
auf Augenhöhe für betroffene
Menschen von Essstörungen,
Angehörige und Fachkräfte
ab September 2023

Selbsthilfegruppen zu Essstörungen im SEKIZ

Die Gruppen für **Betroffene von Essstörungen** und die **Elterngruppe, deren Kinder von Essstörungen betroffen** sind, bieten im geschützten Rahmen einen Platz zum Reden.

Mr & Mrs Perfect

Betroffene Anorexie/Bulimie am 1. und 3. Montag
im Monat um 17:00 Uhr

Essstörungen – Gesprächsrunde Eltern

am 2. Montag im Monat um 17:00 Uhr

Über_Gewicht – Gemeinsam auf dem Weg

zur eigenen Balance ohne Magen-OP
Betroffene Mehrgewicht/Binge Eating
am 2. und 4. Mittwoch im Monat, um 17:00 Uhr

Overeaters Anonymous

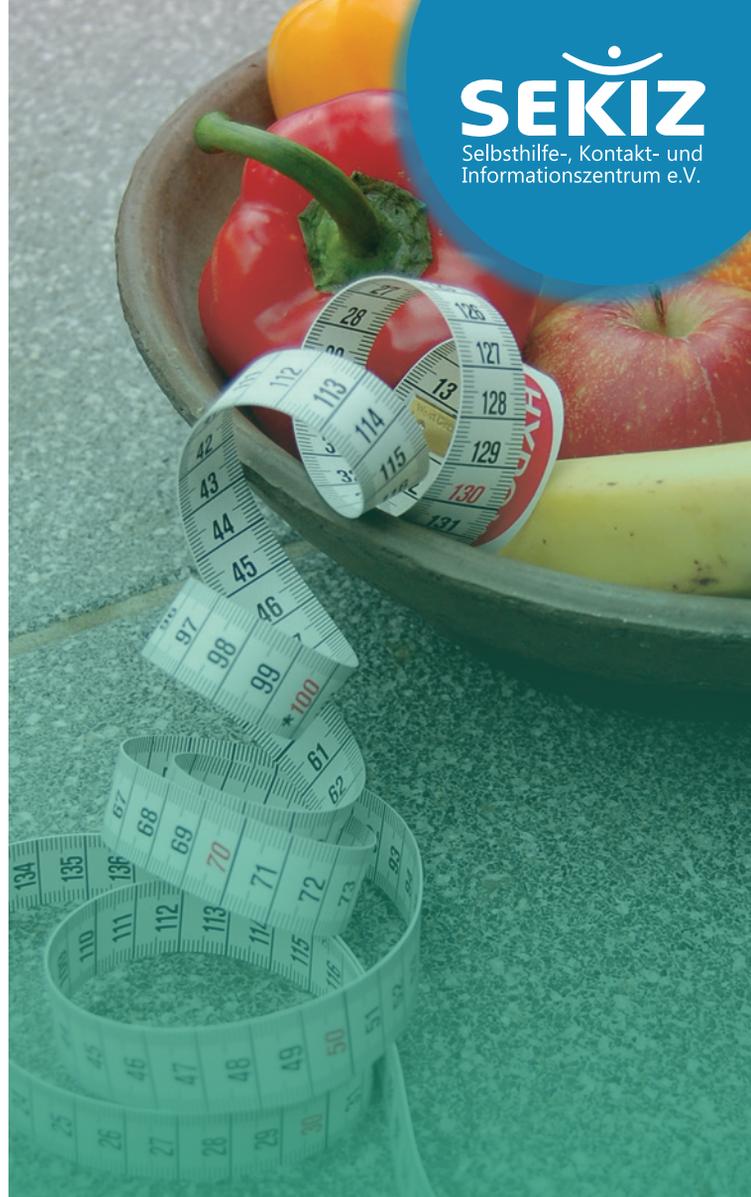
freitags um 19:00 Uhr

Weitere Infos und Anmeldung zu den bestehenden
Gruppen: Annett Lange,
Mail: hilfe@sekiz.de, Tel.: 0331 62 00 280

Ist die richtige Gruppe nicht dabei?
Wir unterstützen Sie gern bei der Neugründung
einer Selbsthilfegruppe.



Foto Hände: © Michal Jarmoluk pixabay.de
Foto Titel & Grafik: Grit M. Wolff, www.kittyfix.de, Stand: 06|2023



TRIALOG bei Essstörungen
Ein Wissens- und Erfahrungsaustausch
auf Augenhöhe für betroffene
Menschen, Angehörige und Fachkräfte
ab September 2023

Trialog - Miteinander reden. Einander besser verstehen. Voneinander lernen.

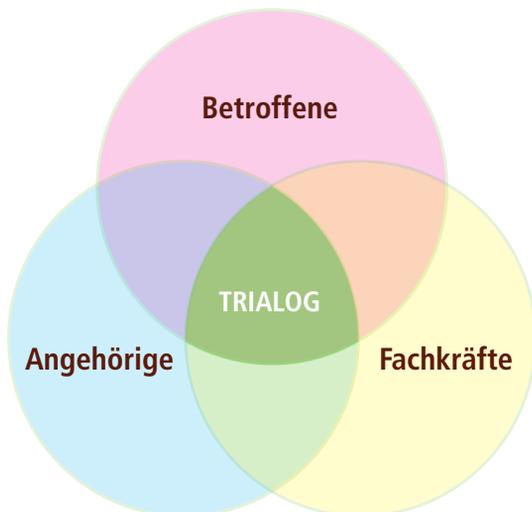
Essstörungen sind herausfordernd. Betroffene fühlen sich missverstanden. Für Eltern ist das Verhalten ihrer Kinder oft schwer auszuhalten und zu verstehen. Aber auch Fachkräfte sind vielleicht manchmal unsicher, wie mit dieser Erkrankung umzugehen ist und wie sie am besten Angehörigen und Betroffenen helfen können. Wir möchten mit dem Trialog bei Essstörungen ein neues Format anbieten, das Raum gibt zum gegenseitigen Austausch. Die Teilnehmenden haben die Chance auf Perspektivwechsel und können ihren eigenen Erfahrungsschatz erweitern.

TRIALOG

Ohne familiäre oder therapeutische Beziehungen können die Teilnehmenden Fragen diskutieren und sich mit anderen betroffenen Menschen, Angehörigen und Fachkräften über das Thema des Abends wertfrei und gleichberechtigt austauschen.

Durch Moderation wird auf die Einhaltung der Gesprächsregeln und ein positives Gesprächsklima geachtet.

Was besprochen wird, bleibt im Raum.



MÖGLICHE THEMEN

- Essen ist nicht das Problem?! – Welche Erfahrungen haben die Anwesenden zu den Merkmalen und Hintergründen der Essstörungen gemacht?
- Ich, du, wir und die Essstörung – Essstörungen im Kontext von Familie, Partnerschaft und Freundeskreis
- Ich will ja, aber ... – Was hilft auf dem Weg durch die Essstörung?
- Essstörungen als Chance?! – Welche Ressourcen und Wachstumsmöglichkeiten gibt es?

Außerdem werden zu einzelnen Veranstaltungen Gäste eingeladen, die durch eigene Betroffenheit oder ihre professionelle Sicht, mit einem Input in den Abend starten.

TERMINE

Mittwoch	13. September	18:00 – 20:00 Uhr
Montag	25. September	18:00 – 20:00 Uhr
Mittwoch	11. Oktober	18:00 – 20:00 Uhr
Montag	23. Oktober	18:00 – 20:00 Uhr
Mittwoch	08. November	18:00 – 20:00 Uhr
Montag	27. November	18:00 – 20:00 Uhr

MODERATION

Laura Angermann (Trialog AG und Veranstalterin des Potsdamer Psychoseminars)

VERANSTALTUNGSORT

SEKIZ e.V., Hermann-Elflein-Straße 11, 14467 Potsdam

Weitere Informationen zu den Trialog-Veranstaltungen und den Potsdamer Selbsthilfegruppen im Kontext Essstörungen finden Sie unter www.sekiz.de

Bitte anmelden!

Selbsthilfe-, Kontakt- und Informationszentrum e.V.

Mail: hilfe@sekiz.de oder Tel: 0331 62 00 280.

Die Angaben werden vertraulich behandelt.

Es entstehen keine Kosten für die Teilnahme.

Die Trialoge werden gefördert durch die Landeshauptstadt Potsdam.

