

ISS WAS ?! Prävention von Ess-Störungen

Ess-Störungen treten häufig im Jugendalter auf. Das Projekt ISS WAS ?! ist aus der jahrzehntelangen Arbeit mit essgestörten Menschen entstanden und richtet sich an Schülerinnen der Jahrgänge 7 - 10 der weiterführenden Schulen im Mühlenkreis.

Unterrichtseinheiten in den Jahrgängen 11 bis 13 sind darüber hinaus nach Absprache möglich.

Ziele:

- Förderung von gesundem Ernährungsverhalten bei Kindern und Jugendlichen
- Information zu und Vermittlung von Beratungs- und Hilfeangeboten
- Reflexion des eigenen Verhaltens
- Sensibilisierung für das Thema
- Raum für Austausch schaffen

Inhalte / besondere Aspekte:

- Erscheinungsformen und Informationen über Ess-Störungen
- Reflexion des eigenen Essverhaltens
- Kritische Auseinandersetzung mit fremden und eigenen Schönheitsidealen, Identität und Essverhalten
- Erarbeitung von Alternativen zum Essen und Hungern in Konfliktsituationen
- Hilfe für Betroffene, Angehörige sowie Freundinnen/Freunde
- Vorstellung der Hilfemöglichkeiten im Kreis Minden-Lübbecke
- Sinnes- und Geschmacksschulung

Kontakt:

Beratungsstelle für Suchtkranke
Diakoniewerk im Evangelischen Kirchenkreis Minden e. V.
Frau Regine Brand
Fischerallee 3a
32423 Minden
Tel.: 0571 888 042 70
E-Mail: suchtberatung@dw-minden.de