



Therapienetz Essstörung

Beratung • Begleitung
Ambulante Angebote
Therapeutische Wohngruppen



beratung@tness.de
089 / 720 136 78-0
www.tness.de



Psychoedukative Gruppe

Mehr Informationen
online unter:
[www.tness.de/
fuer-betroffene/
ambulante-gruppen/](http://www.tness.de/fuer-betroffene/ambulante-gruppen/)



Erste Schritte aus der Krankheit

Die Gedanken kreisen immer und immer wieder ums Essen. Zu dick? Zu voll? Zu viel? Das Gefühl der Einsamkeit und des Eingesperrtseins breitet sich im Körper aus? Der Alltag ist aus dem Gleichgewicht geraten? Der Schritt in die Psychoedukative Gruppe könnte der erste Schritt aus dem Teufelskreis der Ess-Störung sein. Durch die Teilnahme an **5 x 4 psychoedukativen Einheiten** schärft sich der Blick hinter die Kulissen der tückischen, psychosomatischen Erkrankung. In den Treffen geht es um emotionale Entlastung, das gemeinsame Entdecken neuer Wege, Selbstmanagement und um den persönlichen Austausch mit ebenfalls an Ess-Störungen erkrankten Menschen.

Leitung: Dipl.-Päd. (univ.) Dr. Karen Silvester, Systemische Beraterin Ess-Störungen DGSF
Zeit: Donnerstag, 18.00 – 19.30 Uhr
Ort: Therapienetz Essstörung, Sonnenstraße 2 / 4. Stock, 80331 München
Zielgruppe: Anorexie-, Bulimie- & Binge Eating Disorder-Erkrankte ab 18 Jahren
Besonderheiten: Einstieg in die psychoedukative Gruppe ist immer zu Beginn eines Blockes möglich. Bestandteil der Gruppe ist ein gemeinsamer, vegetarischer Snack.