



**LEBENS Hunger**  
Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen

Tübinger Initiative für Mädchenarbeit e.V.  
Weberstr. 8  
72070 Tübingen  
Telefon: 07071- 763006

## Neue Elterngruppe

## Schritt für Schritt

Eltern stärken  
Essstörungen  
überwinden

Beginn 5. November 2019

unterstützt von:  
AOK Neckaralb  
DAK,  
Barmer



# Elterngruppe bei Essstörungen

Die Termine: jeweils 18.00 -20.00hUhr

Dienstag 5. November 2019

Dienstag 19. November 2019

Mittwoch 11. Dezember 2019 Film "Ich habs geschafft"

Dienstag 14. Januar 2020

**Leitung:** Regine Kottmann, Tima e.V., Beraterin,  
Systemische Supervisorin und Coach

**Kosten:** 50.-€

**Ort:** Tima e.V., Beratungsstelle Lebenshunger,  
Weberstr. 8, 72070 Tübingen

**Bitte vereinbaren Sie ein kostenfreies Vorgespräch  
07071 /763006 oder per e-mail an:  
kottmann@tima-ev.de**

Eltern stehen beim Beginn einer Essstörung ihres Kindes besonderen Anforderungen gegenüber. Das Zusammenleben kann für alle Familienmitglieder belastet sein, wenn Konflikte über Essen, Gewicht oder persönlicher Rückzug im Mittelpunkt stehen. Vielleicht haben Sie das Gefühl, den Teenager nicht mehr zu erreichen, sie fühlen sich verantwortlich und suchen nach Wegen ihrer Tochter oder ihrem Sohn beizustehen.

**Folgende Themen werden Schritt für Schritt  
besprochen:**

*Wie kann es dazu kommen?*

Informationen zur Entwicklung von Essstörungen.

*Wie miteinander reden?*

Hilfreiche Haltungen im Umgang mit der Erkrankung und mit Konflikten.

*Wie können wir gut für uns selber sorgen?*

Elternressourcen und Paarressourcen (wieder) finden.

*Wie haben andere Familien das geschafft?*

Wege und Erfahrungen raus aus der Essstörung.