

Wenn Sie.....

- das Thema Essstörungen mit den Mädchen und Jungen in Ihrer Klasse behandeln wollen
- sich Sorgen um eine/n Schülerin/ Schüler machen
- sich zum Thema fortbilden wollen

Dann.....

- kommen wir in Ihre Klasse mit dem Projekt „**Wer bin ich? – Ich bin wer!**“
- erhalten Sie bei uns Anregungen für die pädagogische Arbeit
- beraten wir Sie
- bieten wir Ihnen und Ihren Kolleginnen Fortbildungen zur Prävention an

Wir arbeiten zusammen mit:

- Pfanzkerle e.V.
Initiative für Jungen und Männerarbeit Tübingen
- ÄrztInnen
PsychotherapeutInnen
ErnährungsberaterInnen



LEBENS HUNGER

**Prävention und Beratung
bei Essstörungen
Tübinger Initiative für
Mädchenarbeit e.V.**

**Weberstraße 8
72070 Tübingen
Telefon: 07071-76 30 06
Fax: 07071-77 09 74**

**e-mail:
kottmann@tima-ev.de
zeller@tima-ev.de**

www.tima-ev.de

**Telefonische Kontaktzeiten:
Di. u Do. 9.30–11.30 Uhr
Mi. 15.00– 16.30 Uhr**



Bankverbindung: KSK Tübingen
BLZ 641 500 20, Kto-Nr. 829 030

Wir danken für die Unterstützung von:



Lebenshunger



Treibbild: Börsing "ausbrechen: Bulimie verstehen und überwinden"

**.....Ich will
noch eine ganze
Menge Leben.....**

**Essstörungen verstehen,
verhindern und überwinden**

**Angebote für Jugendliche
und Erwachsene**

LEBENS HUNGER

Prävention und
Beratung bei
Essstörungen
tima e.V.



Wenn du.....

- meinst, dass du zu dick bist
- aus Angst um dein Gewicht nicht mehr ißt oder das Essen erbrichst
- immerzu ans Essen denkst
- Probleme in deiner Familie wegen dem Essen hast
- dir Sorgen machst um eine Freundin
- dich informieren möchtest
- unsicher bist, ob du eine Essstörung hast

Dann.....

- kannst du uns anrufen,
- zu uns kommen, alleine oder mit einer Freundin oder mit jemandem, der dir nahe steht
- du kannst uns auch eine e-mail schreiben

Das ist unser Angebot für dich.....

Beratung

- wir haben regelmäßig Zeit für dich und deine Probleme
- wir hören dir zu
- wir helfen dir, deine Situation besser einzuschätzen
- wir unterstützen dich darin, Lösungswege zu finden und sie umzusetzen

Wir unterliegen der Schweigepflicht und behandeln jede Information streng vertraulich.

Die Beratung ist für dich kostenlos.



Gruppenangebote.....

„Durch dick und dünn“

- du willst schlanker werden, aber das mit den Diäten haut einfach nicht hin
- du willst dich so selbstbewußt fühlen, dass du bei einer blöden Anmache entspannt reagieren kannst?
- du möchtest dich gerne mit anderen Mädchen treffen und ungestört über all das reden, dich entspannen, bewegen und Spaß haben

Selbsthilfegruppe für Mädchen mit Essstörungen

- du kommst aus der Klinik und suchst Unterstützung in der Gruppe
- du bist in therapeutischer Behandlung und suchst den Austausch mit anderen Mädchen/jungen Frauen

Für dich und deine Eltern bieten wir.....

- Beratungsgespräche
- Informationen zu ambulanten und stationären Therapiemöglichkeiten in der Region
- Weitervermittlung an ÄrztInnen, PsychotherapeutInnen und ErnährungsberaterInnen
- Gruppe für Mütter mit Töchtern in der Pubertät