

# Informations- und Austauschabend für Angehörige und nahe Bezugspersonen von Erwachsenen mit Essstörungen wie Magersucht und Bulimie



## Weshalb und Wozu?

Da Essen ein Grundbestandteil des täglichen Lebens ist, haben schwere Essstörungen unweigerlich Auswirkungen auf das soziale Umfeld der Betroffenen. Für nahe Angehörige können diese zu einer enormen Belastung werden. Viele Angehörige möchten helfen, stossen aber mit ihren Hilfsversuchen bei den Betroffenen oft auf Ablehnung oder Zurückweisung. Nicht selten kommen dann neben bereits bestehenden Unsicherheiten und Ängsten auch Gefühle von Hilflosigkeit und Ohnmacht auf.

Mit der Möglichkeit der Begegnung und des Austauschs im geschützten Rahmen mit anderen betroffenen Angehörigen möchten wir dem oftmals erlebten Gefühl des Alleinseins in einer schwierigen Situation entgegenwirken. Gleichzeitig bieten wir in der Gruppe die Möglichkeit, persönliche Fragen und Anliegen zu thematisieren, die sich durch das Alltagsleben im Umgang mit der ganzen Essstörungsthematik ergeben.

Durch unsere langjährige therapeutische Arbeit - sowohl stationär als auch ambulant - mit Patientinnen und Patienten mit schweren Essstörungen, haben wir immer wieder erlebt, dass ein hilfreiches Unterstützen, auch von Angehörigen, erst dann wirklich möglich ist, wenn die komplexe Dynamik einer Essstörung besser verstanden werden kann, ebenso wie mögliche Hintergründe und Zusammenhänge, Auswirkungen oder Folgen.

Was können Angehörige tun? Was hilft? Welche Konfliktsituationen treten im Alltag immer wieder auf und wie kann damit konstruktiv umgegangen werden? Was belastet Angehörige und was brauchen sie um selber im Gleichgewicht zu bleiben? Solche und andere Fragen und Anliegen können in der Gruppe gemeinsam besprochen werden.

## Wann:

**Montag, 5. 3. 2018, 18.00 – 20.00 Uhr**

Bei Bedarf sind zur Vertiefung der Themen weitere Abende möglich.

## Wo:

Psychiatrisch-psychotherapeutische  
Praxisgemeinschaft,  
Gubelstrasse 2, 8050 Zürich

## Leitung:

Dr. med. Anita Realini-Stump  
Lic. phil. Beatrice Büttner

## Kosten:

Fr. 40.-/Person bzw. Fr. 30.-/Person bei  
zwei Angehörigen aus der gleichen  
Familie. Barbezahlung vor Ort.

## Anmeldung bis spätestens 1. 3. 2018

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt,  
eine Anmeldung ist daher notwendig:  
Per Mail an: [anita.realini@hin.ch](mailto:anita.realini@hin.ch)  
oder telefonisch: 044 310 14 50