



## Minimal und grenzenlos

Für Fachkräfte: Auswirkungen von extremem Essverhalten auf Körper und Psyche

- Ziel**                      Auswirkung von extremem Essverhalten kennen, Ernährungsschulung in die Therapie miteinbeziehen
- Dauer**                    90 Minuten
- Inhalt**                    Extremes Ernährungsverhalten hat langfristig schwerwiegende Folgen für den Körper und die Psyche. Für die meisten Patienten/innen ist es nicht so einfach sich wieder davon zu lösen. Neben der Aufarbeitung der psychischen Probleme müssen sie wieder ein gutes Verhältnis zu ihrem Körper finden und Sicherheit im Umgang mit Lebensmitteln erlernen.
- Körpergewicht und Schönheitsideale
  - Strategien zur Gewichtsreduktion
  - ignorierte Körpersignale
  - Folgen von Mangelernährung und gestörtem Essverhalten
  - Heißhungerattacken
  - Esskultur
  - Ernährungsberatung als Teil der Therapie
- Zielgruppe**              Fachkräfte
- Durchführung**        Vortrag & Gespräch
- Voraussetzung**       keine
- Teilnehmerzahl**       mindestens 7

*Dieses Angebot wurde unter [www.eb-gs.de/display-angebot/116](http://www.eb-gs.de/display-angebot/116) gefunden.  
Erstellt am 4.4.2025*