

Workshop „Meine Esstörung und ich“

Mit Hilfe kreativer Methoden nähern wir uns in dieser Workshop-Reihe verschiedenen Kernthemen an. Die Teilnehmer/innen sind eingeladen über Selbstreflexion, aber auch den Austausch in der Gruppe sich selbst und ihre eigene Esstörung besser kennenzulernen.

Dabei geht es um Fragen wie: Welche Funktion erfüllt meine Erkrankung? Was brauche ich, um sie hinter mir zu lassen? Wie stelle ich mir mein Leben ohne die Esstörung vor?

So wird das Verständnis für sich selbst gefördert, Ressourcen entdeckt und ein positives Zukunftsbild entworfen.

Leitung Anna Sophia Feuerbach, *Dipl. Biologin, Ernährungsberaterin und –therapeutin, ehemals selbst Betroffene*

Zeit Dienstag, 17.30 – 19.30 Uhr
25.06.2019 bis 30.07.2019

Ort Therapienetz Esstörung,
Willy-Brandt-Platz 4, 90402 Nürnberg

Zielgruppe Frauen und Männer ab 16 Jahren

Workshop „Meine Esstörung und ich“

Mit Hilfe kreativer Methoden nähern wir uns in dieser Workshop-Reihe verschiedenen Kernthemen an. Die Teilnehmer/innen sind eingeladen über Selbstreflexion, aber auch den Austausch in der Gruppe sich selbst und ihre eigene Esstörung besser kennenzulernen.

Dabei geht es um Fragen wie: Welche Funktion erfüllt meine Erkrankung? Was brauche ich, um sie hinter mir zu lassen? Wie stelle ich mir mein Leben ohne die Esstörung vor?

So wird das Verständnis für sich selbst gefördert, Ressourcen entdeckt und ein positives Zukunftsbild entworfen.

Leitung Anna Sophia Feuerbach, *Dipl. Biologin, Ernährungsberaterin und –therapeutin, ehemals selbst Betroffene*

Zeit Dienstag, 17.30 – 19.30 Uhr
25.06.2019 bis 30.07.2019

Ort Therapienetz Esstörung,
Willy-Brandt-Platz 4, 90402 Nürnberg

Zielgruppe Frauen und Männer ab 16 Jahren