

## Therapeutische Gruppe für Mädchen\* und junge Frauen\* mit Essstörungen

In der Anlauf- und Beratungsstelle des Mädchenhauses Bremen e.V. findet ab November 2020 eine angeleitete therapeutische Gruppe zum Thema Essstörungen statt. Das Angebot umfasst insgesamt 10 Termine und endet im Februar 2021.

Die Gruppe ist kostenlos. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Ab sofort werden Vorgespräche für die Teilnahme stattfinden. Wir wünschen uns eine verbindliche Teilnahme. Die Gruppe richtet sich an Mädchen\* und junge Frauen\*, die zwischen 14 und 23 Jahren alt sind.

Eingeladen sind Betroffene jeder Essstörungsform (Ess-Brechsucht/Bulimie, Esssucht mit Übergewicht, Magersucht/Anorexie) und auch in den verschiedenen Stadien der Erkrankung. Das heißt die Betroffenen können noch ganz am Anfang, aber auch inmitten ihres Heilungsprozesses stehen oder ihn schon fast beendet haben.

Die Gruppe wird von der Psychologischen Psychotherapeutin Bianca Gerdes angeleitet. Es wird viel Zeit geben, sich miteinander über sein Essverhalten und seinen Körper auszutauschen.

Des Weiteren soll sich mit unterschiedlichen Methoden dem Körper, seinem Aussehen und den auf ihn bezogenen Gefühlen angenähert werden. Dies können Achtsamkeitsübungen, Meditationen, Fantasiereisen, Bewegungsübungen und vieles mehr sein.

Aufgrund der Pandemie gibt es nur eine begrenzte Anzahl an Plätzen. Das Hygienekonzept wird im Vorgespräch vorgestellt und erläutert.

---

Die Anmeldung ist ab sofort unter der Telefonnummer 0421-3365444 in der Beratungsstelle des Mädchenhauses Bremen e.V. möglich.

### Termine/Zeiten:

- 3.11.2020-2.2.2021
- jeweils dienstags von 16.30 bis 18.00 Uhr

#### Ein Angebot von:

Mädchenhaus Bremen gGmbH

#### Adresse:

Rembertistraße 32  
28203 Bremen

#### Ansprechperson:

Bianca Gerdes

#### Telefon:

0421 33 65 444

**E-Mail-Adresse:**

[info@maedchenhaus-bremen.de](mailto:info@maedchenhaus-bremen.de)

**Internetadresse:**

[www.maedchenhaus-bremen.de](http://www.maedchenhaus-bremen.de)

**Nächste Termine:**

Termine bitte erfragen

**Anmeldungsinfo:**

Anmeldung erforderlich

**Kosten:**

kostenlos