



Foto: istock.com

## Online-Gruppe für Eltern von Jugendlichen mit Essstörungen

### Wechselseitiger Austausch von Erfahrungen – gegenseitige Motivation

An acht Abenden erhalten Sie kurze thematische Inputs rund um das Thema Essstörungen und zum Ansatz der familienbasierten Therapie (FBT). Wir zeigen auf, wie Sie Ihr Kind unterstützen können und wie «die Klinik zu Hause» funktionieren kann. Diese Informationen und Empfehlungen werden anschliessend in der Gruppe diskutiert. Sie erfahren, wo sie weitere Unterstützung erhalten können.

### Durchführung

Die Online-Gruppe findet zwischen dem 1. Februar und dem 5. September 2024, jeweils am ersten Donnerstag des Monats, von 19:30 bis 21:00 Uhr per Zoom statt.

## Programm

1. Was ist Familienbasierte Therapie (FBT)?	Do, 01.02.2024
2. Den Essstörungs-Teufelskreis in den Beziehungen erkennen und durchbrechen	Do, 07.03.2024
3. Hilfe, die Essstörung frisst uns auf – Wie schaue ich zu mir?	Do, 04.04.2024
4. Meine Rolle im Familiensystem	Do, 02.05.2024
5. Familienbasierte Therapie II (FBT)	Do, 06.06.2024
6. Wie erreiche ich meine/n Jugendliche/n?	Do, 04.07.2024
7. Hilfe, die Essstörung frisst uns auf – wer unterstützt uns?	Do, 08.08.2024
8. Als Eltern die richtige Balance finden	Do, 05.09.2024

## Maximale Gruppengrösse

7 Eltern-(teile) bzw. Bezugspersonen

## Leitung

- Heinz Lengacher, Regionalleiter und Systemtherapeut MAS FH
- Susanne Anliker, Fachmitarbeiterin Beratung und Therapie, eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin

## Kosten

Das Angebot ist kostenlos.

## Anmeldung

Die Gruppe wird fortlaufend geführt. Eltern können am ersten oder am fünften Abend in die Gruppe einsteigen. Familien aus dem Kanton Bern haben Vorrang.

Anmeldung per Mail oder Telefon: [marianne.baehler@beges.ch](mailto:marianne.baehler@beges.ch) | 033 225 44 00

Nach Ihrer Anmeldung findet ein Telefongespräch mit der Leitung statt, danach erhalten Sie einen Link, mit dem Sie sich jeweils einloggen können.

Bei Fragen dürfen Sie sich gerne melden.

### Gemeinsam für mehr Gesundheit

Unsere Angebote sind so individuell wie die Menschen, die sie in Anspruch nehmen. Unsere Kernaufgaben sind Gesundheitsförderung, Prävention, Sexualpädagogik sowie Suchtberatung und -therapie. Wir erbringen unsere massgeschneiderten Dienstleistungen überall in Ihrer Nähe – vertraulich und kompetent.

[www.bernergesundheits.ch](http://www.bernergesundheits.ch)

Im Auftrag von:



**Kanton Bern**  
Canton de Berne