



Is(s)t Mann anders?



Beratung und Gruppe für Männer

Fachambulanz für Essstörungen

Die Fachambulanz für Essstörungen

Essstörungen wie Magersucht, Bulimie, Übergewicht oder extremes Übergewicht können bei Menschen aller Altersstufen auftreten. Dazu bietet die Fachambulanz für Essstörungen Beratung, Vermittlung und Behandlung für alle Betroffenen – ebenso für Angehörige und andere Personen aus dem sozialen Umfeld.

Betroffene Menschen sind auf einen einfühlsamen und hilfreichen Umgang mit ihren Problemen angewiesen. Dazu steht Ihnen unser erfahrenes **Team** zur Seite. Wir haben unterschiedliche therapeutische Qualifikationen, spezialisiert auf Essstörungen. Alle Mitarbeiter/innen unterliegen der Schweigepflicht.

Die Beratung ist **kostenlos**. Die Finanzierung der Behandlung erfolgt in der Regel über die gesetzliche Krankenkasse. Die Kostenklärung übernimmt die Fachambulanz für Essstörungen.

So erreichen Sie uns

Caritas Fachambulanz für Essstörungen

Arnulfstr. 83/ 4. Stock
80634 München

Tel. (089) 724499-400

Telefonzeiten

Mo – Fr 8.00 – 14.00 Uhr

an der Donnersberger Brücke
alle S-Bahnen und U 1
Tram 16 und 17

faessstoerungen@caritasmuenchen.de
www.caritas-essstoerungen-muenchen.de



Landeshauptstadt
München

bezirk oberbayern



12/2014 / 1433, Änderungen und Irrtümer vorbehalten / Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V.

LebensMut
stärker als Sucht





LebensMut stärker als Sucht

Der Therapieverbund Sucht bündelt die Therapieangebote des Caritasverbands der Erzdiözese München und Freising e.V.

Unter der gemeinsamen Aussage „LebensMut. Stärker als Sucht“ wollen wir möglichst viele betroffene Menschen dazu ermutigen, ihr bisheriges Leben zu ändern.

Für Menschen, die den Mut haben, den ersten Schritt zu tun, bieten wir weiterführende Informationen und persönliche, erste Beratungen zu den verschiedenen Suchtformen sowie Therapiemöglichkeiten an.

„Wir ergänzen uns, deshalb passen wir so gut zusammen.“

In Fachambulanzen, Tageskliniken, Beratungsstellen kümmern wir uns um Suchtarten wie Medikamente, Drogen, Alkohol, Nikotin, Spielsucht, Essstörungen.

www.staerker-als-sucht.de



Therapieverbund
Sucht

Mister Perfect – oder Essstörung?

Bei vielen Männern hat der Wunsch nach einem schlanken bzw. muskulösen Körper einen enormen Stellenwert. Wenn man(n) nur noch an seine Figur und sein Körpergewicht denkt, ständig Kalorien zählt oder verlernt hat, mit Genuss nach Hunger und Sättigung zu essen, ist man(n) gefährdet, eine Essstörung zu entwickeln.

Kennen Sie Anzeichen wie:

- Kontrollverlust beim Essen?
- Gewichtsschwankungen nach oben oder unten?
- Essattacken in Stresssituationen?
- Zwanghafter Trainingsplan?
- Trainiert und trotzdem nie zufrieden?
- Verzicht auf Essen mit Freunden?

Holen Sie sich eine Einschätzung von Experten.

Wir bieten jeden 1. Mittwoch im Monat eine offene Sprechstunde ohne Voranmeldung, kostenlos und anonym, von 16:00 bis 17:00 Uhr.

Was kann man(n) tun?

Männer mit Essstörungen können in der Gruppe mit anderen Betroffenen relevante Themen hinsichtlich Gewicht, Körperbewusstsein, Essverhalten, eigene Ideale und Erwartungen an sich selbst hinterfragen. Sie können sich austauschen und den eigenen Blickwinkel erweitern. Sie werden zu neuen Ideen angeregt und bekommen Mut zur Veränderung.

Starten Sie gemeinsam einen Neubeginn!

- Für einen gelasseneren Umgang mit dem Essen
- Neue Lebenszufriedenheit erlangen
- Mit dem Aussehen und Gewicht lockerer umgehen
- Steigerung des Selbstwertgefühls
- Hintergründe der Essproblematik erkennen
- Sich aus alten Verhaltensmustern lösen