



ANMELDUNG

Wenn Sie sich für eine Aufnahme in die ANAD® Wohngruppen interessieren, wenden Sie sich gerne an unsere Verwaltung:

| Tel.: 0 89 / 21 99 73 – 0

| E-Mail: aufnahme@anad.de

KOSTENFREIE BERATUNGSANGEBOTE

| Telefon- und Onlineberatung

| www.anad.de/beratung

Das kostenfreie Beratungsangebot wird gefördert durch die Ingvild Goetz Philanthropy



Das umfangreiche Beratungs- und Therapieangebot, Kosten und Veranstaltungsorte finden Sie auf unserer Internetseite www.anad.de

MIT ANAD® SCHRITT FÜR SCHRITT AUS DER ESSTÖRUNG

ANAD® (Anorexia Nervosa and Associated Disorders) startete 1984 als Selbsthilfeorganisation für Menschen mit Essstörungen.

Als einer der ersten Anbieter gründete ANAD® 1994 auf Essstörungen spezialisierte therapeutische Wohngruppen in München. Durch die Möglichkeit im Alltag integriert zu bleiben und gleichzeitig intensive Therapie zu erhalten, kombiniert ANAD® auf einzigartige Weise die Vorteile einer stationären Behandlung mit denen einer ambulanten Therapie. Der multidisziplinäre Behandlungsansatz, bestehend aus Psycho- und Ernährungstherapie, sowie sozialpädagogisch betreutem Wohnen, bewährt sich seit über 30 Jahren.

ANAD® hat sich im Laufe der Jahrzehnte zu einer der wichtigsten Anlaufstellen für Beratung und Therapie bei Essstörungen entwickelt.



ANAD® e.V.

VERSORGUNGSZENTRUM ESSTÖRUNGEN

Poccistraße 5 | 80336 München

Tel.: 089/219973 – 0 | Fax: 089/219973 – 23

E-Mail: info@anad.de

 www.anad.de

 www.facebook.com/ANAD.muc

 [essstoerungenANAD](https://www.youtube.com/essstoerungenANAD)  [essstoerungenANAD](https://www.instagram.com/essstoerungenANAD)



Mitglied im Bundesfachverband Essstörungen e.V.



Mitglied im AWO Bezirksverband Oberbayern e.V.

VERSORGUNGSZENTRUM ESSTÖRUNGEN



BEHANDLUNG VON BINGE EATING

IN DEN ANAD WOHNGRUPPEN



Aufgabe 01/2021 Foto: Vorne/Innen © Depositphoto

BINGE EATING ALS KRANKHEIT

Häufig dauert es mehr als 10 Jahre bis sich Betroffene einer Binge Eating Störung in Therapie begeben. Sie selbst oder andere sind lange Zeit der Meinung das Problem sei mit mehr Selbstdisziplin in den Griff zu bekommen. Jedoch handelt es sich bei der Binge Eating Störung um eine ernst zu nehmende Erkrankung, die auf jeden Fall behandelt werden muss, um wieder mehr Lebensqualität zu erlangen.

SIE SIND NICHT ALLEINE

ANAD® e.V. begleitet Sie in den therapeutischen Wohngruppen auf Ihrem persönlichen Weg in ein gesundes, symptomfreies Leben. Entscheiden Sie sich aktiv für eine selbstbestimmte Zukunft und wenden Sie sich bei allen Formen von Essstörungen (Magersucht, Bulimie, Binge Eating und anderen Essstörungen) und komorbiden Erkrankungen an uns. Unser hochqualifiziertes und interdisziplinäres Team aus SozialpädagogInnen, PsychologInnen, und ErnährungstherapeutInnen unterstützt Sie auf Ihrem Weg!

MERKMALE EINER BINGE EATING STÖRUNG

- | Essanfälle mit Kontrollverlust
- | Essanfälle ohne regelmäßige gewichtsregulierende Gegenmaßnahmen (z. B. exzessiver Sport, Erbrechen)
- | Ständiges Essen über den Tag verteilt
- | Leidensdruck der Betroffenen in Bezug auf die Essanfälle
- | Auftreten von Scham- und Schuldgefühlen, Ekel und deprimierter Stimmung
- | Negatives Körperbild bzw. eine negative Selbstwahrnehmung
- | Störung des Hunger- und Sättigungsgefühls
- | Übergewicht als Folge möglich



THERAPEUTISCHE WOHNFORMEN

Gemeinsam wohnen, zusammen essen, den Alltag erleben, schulisch oder beruflich integriert bleiben, und all das mit therapeutischer Begleitung – das sind die Grundpfeiler der ANAD® Wohnformen in München. Seit über 30 Jahren finden Mädchen, Frauen und Männer mit einer Essstörung durch unser professionelles Behandlungskonzept erfolgreich und nachhaltig zurück zu einem gesunden und selbstbestimmten Leben.

VON DER WOHNGRUPPE IN DIE EIGENE WOHNUNG

Ein neustrukturiertes, angst- und symptomfreies Essen ist eines der Ziele unserer Ernährungsangebote. Finden Sie mit uns Ihr individuelles und gesundes Essverhalten. Bei uns finden Sie die Betreuungsform, die Ihrem aktuellen Unterstützungsbedarf gerecht wird:

| Therapeutische Wohngruppen

- ➔ Wohnen in unserem Haus mit intensiver interdisziplinärer therapeutischer Begleitung

| Ambulant betreutes Wohnen (TWG)

- ➔ Wohnen in unserem Haus mit sozialpädagogischer Betreuung

| Betreuung in der eigenen Wohnung (BEW)

- ➔ Wohnen in der eigenen Wohnung mit sozialpädagogischer Betreuung

BEHANDLUNGSKONZEPT BEI BINGE EATING IN DEN WOHNGRUPPEN

- | Aufdeckung der Hintergründe der Essstörung
- | Aufbau einer bedarfs- und bedürfnisgerechten Mahlzeitenstruktur ohne Verbote
- | Wiedererlangen des Hunger- und Sättigungsgefühls
- | Verbesserung des Umgangs mit Gefühlen und den eigenen Grenzen
- | Stärkere Fokussierung auf die eigenen Ressourcen
- | Verbesserung des Körpergefühls und der Selbstakzeptanz
- | Förderung der Selbstständigkeit
- | Aufbau einer sinnvollen Tagesstruktur
- | Aufbau einer erfüllenden Freizeitgestaltung und sozialen Kontakten
- | Wege aus einer möglichen sozialen Isolation
- | Integration von Alltagsbewegung und Sport
- | Im Haus: Yoga, Boulderwand, SporttherapeutIn
- | Externe Sportangebote durch Kooperationspartner