Sonnenseite e.V.

Essstörungen im Jugendalter früh erkennen - Orientierung in der Lebenswelt Schule

Ein Präventionsangebot für Münchner weiterführende Schulen

Mit freundlicher Unterstützung der Landeshauptstadt München

Landeshauptstadt München

Der gemeinnützige Verein

Gegründet 2023 als Initiative des Therapienetz Essstörung in München.

Ziel: junge Menschen, Eltern und Fachkräfte durch Aufklärung, Informationsveranstaltungen und Fortbildungen sensibilisieren und präventiv stärken.

Vision: Essstörungen enttabuisieren und ein gesundes Verhältnis zu Körper, Wohlbefinden und Essen fördern.

Angebote für Schulen & Multiplikator:innen

1

Schülerinnen & Schüler ab 8. Jahrgangsstufe

Informationsveranstaltungen zu Essstörungen, Körperbild, Social Media und Selbstwert

2

Eltern & Angehörige

Informationsabende online oder in Präsenz: Wissen, Orientierung und Gesprächsimpulse

3

Lehrkräfte & Fachkräfte

Fortbildungen: Grundlagenwissen, Warnsignale, Gesprächsführung und Handlungsmöglichkeiten

4

Hilfen & Vernetzung

Anlaufstellen kennen, Zuständigkeiten klären und bei Bedarf gezielt weitervermitteln

Gefördertes Schulangebot

Das Angebot für Schulen auf einen Blick

- Für Münchner Mittelschulen, Realschulen und Gymnasien
- 120 Minuten Fortbildung für Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte, in Präsenz
- 90 Minuten Online-Elternabend
- Beide Veranstaltungen gehören zu einem gemeinsamen Paket
- Gefördert durch das Münchner Programm zur Suchtprävention



120 min | PRÄSENZ

Fortbildung für Lehrkräfte und Fachkräfte

- Essstörungen im Jugendalter:
  Formen, Verlauf und mögliche Warnsignale
- Was kann in der Schule auffallen? Rückzug,
  Leistungsabfall, körperliche Veränderungen
- Wie spreche ich Beobachtungen an,
  ohne zu bewerten?
- Umgang mit Betroffenen und Zusammenarbeit
  mit Eltern
- Aufgaben und Grenzen der Schule;
  Beratung und Weitervermittlung



90 min | ONLINE

Online Elternabend

- Essstörungen bei Jugendlichen: Grundlagen und Warnsignale
- Veränderungen beim Essen, Körperbild und Verhalten erkennen
- Wie können Eltern im Kontakt bleiben und dennoch Grenzen setzen?
- Unterstützung im Alltag, ohne Druck oder Schuldzuweisungen
- Wann ist fachliche Hilfe sinnvoll und wo gibt es Anlaufstellen?



Gefördertes Schulangebot

Kosten und Teilnahme

- Eigenanteil pro Schule: 360 € für die Fortbildung und den Online-Elternabend zusammen
- Teilnahme auch mit zwei bis drei Lehrkräften möglich
- Gemeinsame Durchführung mit anderen Schulen nach Absprache
- Termine nach Vereinbarung; Förderzeitraum wird bei Anfrage geklärt

Das Angebot wird durch die Landeshauptstadt München im Rahmen des Münchner Programms zur Suchtprävention gefördert.



Gefördertes Schulangebot

Kontakte und weitere Schritte

Sie möchten mit Ihrer Schule teilnehmen?

Schreiben Sie uns, damit wir Ablauf, Gruppengröße und Termine abstimmen.

sonnenseite e.V.
Marie-Luise Wilhelm
info@sonnenseite-ev.de
www.sonnenseite-ev.de

