

Die Fachberatungsstelle

Die Fachberatungsstelle ist die einzige spezifische Beratungseinrichtung für Frauen mit Essstörungen und ihre Angehörigen im gesamten Bezirk Mittelfranken. Es werden einmalige und mehrmalige Beratungen, Gruppen und Veranstaltungen angeboten.

Die Stelle hat ein niedrigschwelliges Beratungsangebot mit kurzen Wartezeiten, Kostenfreiheit, sowie der Möglichkeit anonymen Beratung und ist oft die erste Anlaufstelle für Hilfesuchende.

Die Beraterinnen sind Ansprechpartnerinnen bei allen Fragen zur Behandlung der Essstörung.

Durch die Begleitung über einen längeren Zeitraum können erste Hilfestellungen gegeben werden und Wartezeiten auf einen ambulanten oder stationären Therapieplatz überbrückt werden.

Die Einrichtung ist regional und überregional mit Kliniken, Therapeutinnen, Ärztinnen und anderen Beratungsstellen, die Essstörungen behandeln, vernetzt.

Essstörungen

sind psychosomatische Erkrankungen mit Suchtcharakter. Sie treten in den Hauptformen Magersucht (Anorexie), Ess-Brechsucht (Bulimie) und Binge-Eating-Störung (Essanfälle ohne anschließende Gegenmaßnahmen wie Erbrechen oder Fasten) auf.

Personelle Ausstattung der Beratungsstelle

Hauptamtliche Mitarbeiterinnen

Christine Ertl, Diplom-Sozialpädagogin (FH), ganzheitliche Ernährungsberaterin

27 Wochenstunden, 30,5 Wochenstunden seit Juni 2016

Alexandra Kofler, Diplom-Sozialpädagogin (FH)

25,5 Wochenstunden, 22 Wochenstunden seit Juni 2016

Silke Tauschek-Hertzberg, Diplom-Sozialpädagogin (FH)

Systemische Familientherapeutin DGSF

8 Wochenstunden seit Juni 2016

Astrid Bartsch, Verwaltung, 15 Wochenstunden

Finanzierung

Die Stellen der Fachberaterinnen (Diplom-Sozialpädagoginnen) werden überwiegend vom Bezirk Mittelfranken finanziert, die Sachkosten werden von der Stadt Nürnberg getragen. Die Verwaltungsstelle wird z.T. über den Bezirk mittels umgewandelter Sozialpädagoginnen-Stunden, sowie über eigene Mittel des Vereins finanziert. Die Finanzierung der Teilzeitstelle Diplom-Sozialpädagogin erfolgt derzeit ebenfalls noch über Vereinsmittel.

Um die Beratungsarbeit für Frauen mit Essstörungen und deren Angehörigen langfristig leisten zu können, ist die Erhöhung der Stellenausstattung auf mindestens 2 Vollzeitstellen für Sozialpädagoginnen und eine dauerhafte Finanzierung einer halben Verwaltungsstelle unabdingbar.

Um dieses Ziel zu erreichen, stellte der Verein beim Bezirk Mittelfranken für das Jahr 2016 Personalanträge in folgender Höhe:

- 0,4 Vollzeitstelle Sozialpädagogin Dipl./B. A.

- 0,5 Vollzeitstelle Verwaltung

Die Anträge wurden abgelehnt.

Ehrenamtliche Vorständinnen

Dr. Christiane Alberternst, Diplom-Psychologin

Elisabeth Benzing, Krankenschwester und Leitung von Kiss e.V.

Ehrenamtliche Kassenprüferin

Annelie Matthiesen

Ehrenamtliche Beirätinnen

Isolde Ebert, Diplom-Sozialpädagogin (FH)

Eva Kunze, Medizinische Fachangestellte, Tanztherapeutin

Mitfrauen und fördernde Personen

Der Verein hat 17 Mitfrauen, die ehrenamtlich mitarbeiten und 14 Personen, die ihn kontinuierlich finanziell fördern.

■ Resümee und Ausblick

dick und dünn hat einen deutliche Zunahme der Beratungen. 2015 waren es 286, 2016 schon 361. Das ist eine Steigerung um 26 %. Dabei wurden deutlich mehr Betroffene beraten als im Vorjahr (60 % : 78 %) und entsprechend weniger Angehörige.

Es zeichnet sich der Trend ab, dass Betroffene mehr fortlaufende Beratungsgespräche wünschen. Die Nachfrage nach Gruppenangeboten ist gestiegen, ebenso Aktionen zu Öffentlichkeitsarbeit.

Die E-Mail-Beratung hat sich verdoppelt. Dies zeigt, wie nötig die personelle Grundausrüstung der Beratungsstelle ist, die nur mit der dauerhaften Finanzierung von 2 Vollkraftstellen für die Beratung und einer 0,5 Teilzeitstelle in der Verwaltung gewährleistet ist. Leider wurde der Aufstockungsantrag für die Verwaltungsstelle vom Bezirk Mittelfranken nicht genehmigt. Der Verein wird diese wichtige Grundausrüstung weiter beantragen.

Leider gelang es nicht, für den **Start der Jugendberatung** ausreichend Mittel zu generieren. Die Stadt Nürnberg gewährte einen Zuschuss von 25% der erforderlichen Summe. Da die Zuschüsse an den Verein für die Beratung von Menschen über 18 vorgesehen sind, ist dick und dünn gezwungen, Kinder und Jugendliche mit Essstörungen an andere Stellen zu verweisen.

Es ist ein ganz klares Ziel des Vereins, ab 2018 auch Jugendliche zu beraten. Der Verein wird weiterhin erforderliche Mittel beantragen und sammelt gezielt Spenden über das Portal www.gut-fuer-nuernberg.de/projects/53132

Ein Ziel von dick und dünn Nürnberg e.V. ist die **Erweiterung des Beratungsangebots**. So führt die Beratungsstelle aus der jährlichen Begleitung der Ausstellung „Klang meines Körpers“ den „Triolog“ weiter: ein regelmäßiger niedrigschwelliger Austausch von Betroffenen, Fachfrauen und Angehörigen.

Ebenfalls seit letztem Jahr werden Gruppen angeboten. Diese stoßen bei den Betroffenen auf eine so hohe Resonanz, dass sich mittlerweile drei Gruppen mit insgesamt 30 Teilnehmerinnen regelmäßig in der Beratungsstelle treffen. Das Gruppenangebot wird im nächsten Jahr ausgeweitet werden.

Der Vorstand gratuliert Christine Ertl zur bestandenen Weiterbildung als ganzheitliche Ernährungsberaterin. Künftig wird die Fachberatungsstelle ihr Angebot auch im Bereich Ernährungsberatung erweitern.

Ob Beratung unter vier Augen, im Gespräch mit Angehörigen oder im Austausch mit anderen Betroffenen und Fachleuten: in der Fachberatungsstelle dick und dünn Nürnberg e.V. finden alle Betroffenen passende Angebote.



Spenden Sie für das Projekt „Jugendberatung“

Spenden

Der Verein freut sich über jeden Euro. Selbstverständlich sind monatliche Förderbeiträge und einmalige Spenden steuerlich absetzbar; dick und dünn Nürnberg e. V. ist als gemeinnütziger Verein anerkannt.

Spendenkonto:

Evangelische Bank eG

IBAN DE40 5206 0410 0003 50003 06

BIC GENODEF 1EK1

V.i.S.d.P.: Dr. Christiane Alberternst



VGN Lorenzkirche, Hauptbahnhof oder Tram 8 Marientor

Gestaltung Kerstin Frey, FÜRTH, www.coemix.de

JAHRESRÜCKBLICK 2016



Fachberatung für Frauen mit Essstörungen

dick und dünn Nürnberg e.V.

ausgezeichnet

mit dem Frauenförderpreis der Stadt Nürnberg

Der Verein dick und dünn Nürnberg e.V. wurde 1992 von engagierten Frauen aus der Taufe gehoben und ist Träger der Fachberatung für Frauen mit Essstörungen.

Hiermit geben wir einen Überblick über die erfolgreiche Arbeit des vergangenen Jahres und bedanken uns bei allen, die die Fachberatungsstelle und den Trägerverein unterstützen.

Insbesondere danken wir dem Bezirk Mittelfranken und der Stadt Nürnberg, den Mitfrauen und fördernden Mitgliedern des Vereins.



Hauptamtliche Mitarbeiterinnen der Fachberatungsstelle
v. l. n. r. Christine Ertl, Alexandra Kofler und Silke Tauschek-Hertzberg, Beratung

v. l. n. r. Astrid Bartsch, Verwaltung
Ehrenamtliche Vorständinnen
Dr. Christiane Alberternst und Elisabeth Benzing

Statistik 2016

Im Jahr 2016 gab es rund 1.200 Kontakte zu Betroffenen, Angehörigen und MultiplikatorInnen. Diese Kontakte gliederten sich inhaltlich folgendermaßen auf:

- 380 telefonische Beratungen

Die telefonische Beratung dient der ersten Abklärung, Informationsvermittlung und Vereinbarung von persönlichen Beratungsterminen. Die Fachberaterinnen sind dienstags von 14-16 Uhr und donnerstags von 10-12 Uhr direkt erreichbar. Das Sekretariat ist montags, dienstags und freitags von 9-12 Uhr und donnerstags von 12-14 Uhr besetzt. Der Anrufbeantworter wird mehrmals täglich abgehört und die Beraterinnen rufen zeitnah zurück.

- 361 persönliche Beratungen

Zielgruppen sind betroffene Frauen ab 18 Jahren, Angehörige und MultiplikatorInnen. Die Beratung kann einmalig oder fortlaufend stattfinden. Bei einzelnen Anfragen von Jugendlichen und betroffenen Männern haben wir diejenigen trotz fehlender Finanzierung beraten.

- 30 Teilnehmerinnen in 3 angeleiteten Selbsthilfegruppen

Hier stehen die gegenseitige Unterstützung und angeleitete Übungen zur verbesserten Körperwahrnehmung im Mittelpunkt. Der Einstieg ist drei Mal jährlich möglich, die Treffen finden im 14-tägigen Rhythmus statt.

- 298 Antworten auf E-Mail-Anfragen

Wir beantworteten Anfragen mit dem Ziel, zum persönlichen Gespräch einzuladen. Datengeschützte Online-Beratung bieten wir nicht an und verweisen bei Bedarf weiter.

- 107 Mal Versand von Informationsmaterial

Informationsmaterial verschickten wir auf Anfrage per Post oder E-Mail.

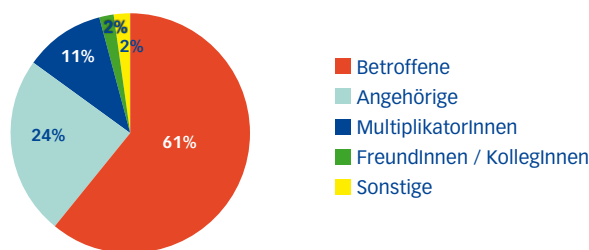
Im Rahmen von Öffentlichkeitsarbeit gab es den Schwerpunkt „Der Klang meines Körpers“, eine Ausstellung zur Prävention von Essstörungen im Gesundheitsamt mit unterschiedlichen Angeboten

- 6 Führungen von Schulklassen mit rund 20 SchülerInnen durch die Beraterinnen

- Anwesenheit mit niedrigschwelligem Beratungsangebot an 2 Tagen für die interessierte Öffentlichkeit
- **Veranstaltung:** Gesprächsrunde für Betroffene, Angehörige und Fachleute mit ca. 40 Teilnehmerinnen

Die Auflistung aller Veranstaltungen siehe Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung.

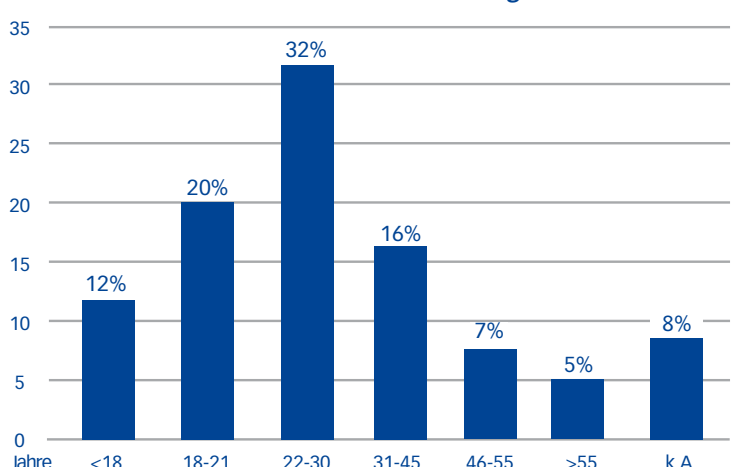
Zielgruppen / telefonische Beratung



Alter der Betroffenen

Am häufigsten vertreten war bei den Betroffenen die Altersgruppe zwischen 22 und 30 Jahren (32%). Die beiden weiteren Hauptaltersgruppen sind 18-21 Jahre (20%) und 31-45 Jahre (16%).

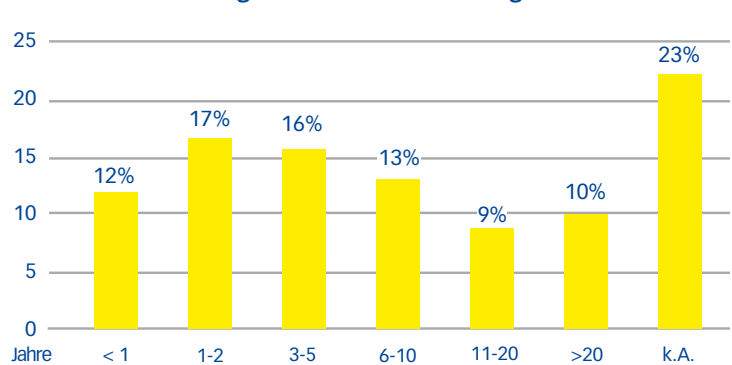
Alter der Betroffenen / telefonische Beratung



Dauer der Essstörung

Die meisten Betroffenen hatten eine Erkrankungsdauer von ein bis zwei Jahren (17 %) sowie drei bis fünf Jahren (16 %). Gefolgt von den Gruppen sechs bis zehn Jahre Erkrankungsdauer (13 %) und kürzer als ein Jahr (12 %). Nach elf bis 19 Jahren sowie über 20 Jahren Krankheitsdauer kontaktierten uns 9 % bzw. 10 % der Anrufenden. D.h., bezüglich der Erkrankungsdauer gab es annähernd eine gleichmäßige Verteilung.

Dauer der Essstörung / telefonische Beratung



Art der Essstörung

Anfragen bei Magersucht (32 %) und Bulimie (26 %) bildeten Schwerpunkte in der telefonischen Beratung. Anfragen aufgrund von Binge Eating Disorder sind im Vergleich zum Vorjahr gestiegen und betragen nun 15 %.

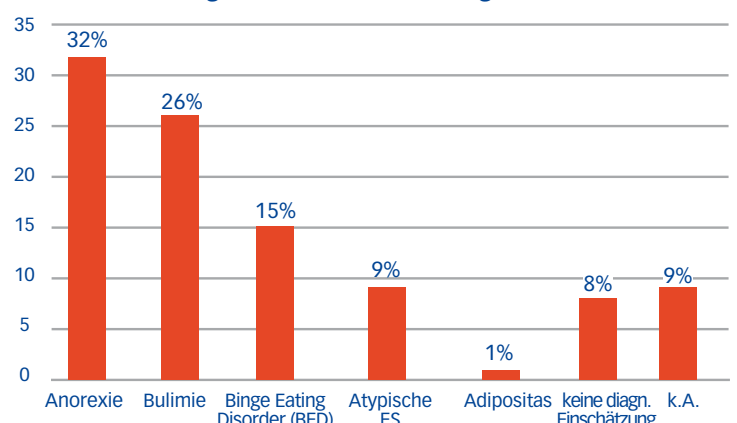
Bisher von den Anrufenden in Anspruch genommene Maßnahmen

20 % der Betroffenen oder deren Angehörigen gaben an, bisher keine Maßnahmen zur Bewältigung der Essstörung ergriffen zu haben. 71 % waren bereits in ambulanten und/oder stationärer Therapie.

Es ging um wiederkehrenden Behandlungsbedarf und zusätzliche

Möglichkeiten der Unterstützung. Beratungsgespräche werden auch ergänzend zur ambulanten Therapie gesucht, wenn Therapeutinnen keine Spezialisierung auf Essstörungen haben.

Art der Essstörung / telefonische Beratung



Ergebnisse der telefonischen Beratung

34 % der Anrufenden vereinbarten einen persönlichen Beratungstermin. Für 24 % waren schriftliche oder telefonische Auskünfte zu ambulanter oder stationärer Therapie sowie zu Gruppenangeboten zunächst ausreichend. Häufig ging es um erste Beratungshilfen zu Umgangs- und Verhaltensmöglichkeiten sowie allgemeine Informationen zu Essstörungen.

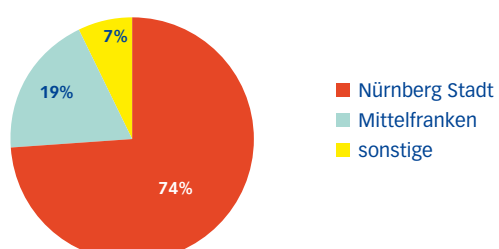
Persönliche Beratung

Es wurden 189 Klientinnen in 361 persönlichen Gesprächen beraten. Damit stieg die Anzahl der persönlichen Beratungen gegenüber dem Vorjahr deutlich an. Es fanden 135 einmalige Beratungen statt. 54 Personen nahmen 226 fortlaufende Gespräche mit 2-16 Einheiten in Anspruch.

Einzugsgebiet

93 % der persönlich Beratenen kamen aus dem Bezirk Mittelfranken, davon 74 % aus dem Stadtgebiet Nürnberg. Die restlichen 7 % kamen aus anderen Regierungsbezirken oder Bundesländern.

Einzugsgebiet / persönliche Beratung

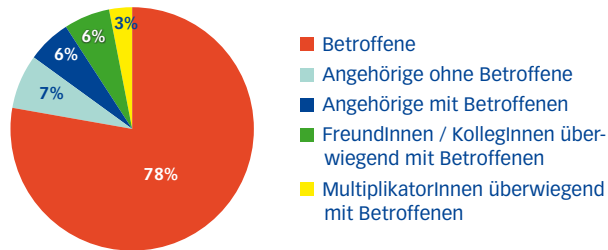


Zielgruppen

78 % der Gespräche fanden mit den Betroffenen selbst statt, davon 6 mit männlichen Betroffenen. Angehörige (13 %) wurden sowohl gemeinsam mit den Betroffenen als auch ohne sie beraten.

MultiplikatorInnen sowie KollegInnen oder FreundInnen von betroffenen Frauen kamen in einigen wenigen Fällen zur Beratung.

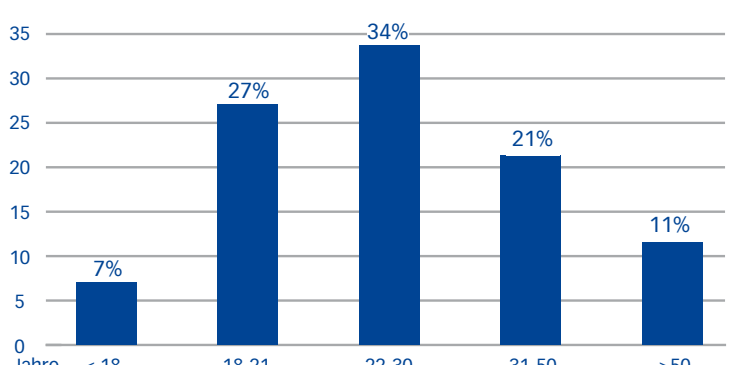
Zielgruppen / persönliche Beratung



Alter der Betroffenen

Die 18 bis 30-Jährigen waren die Hauptaltersgruppe in der persönlichen Beratung (61 %). Über 50-Jährige kamen zu 11 % in die persönliche Beratung.

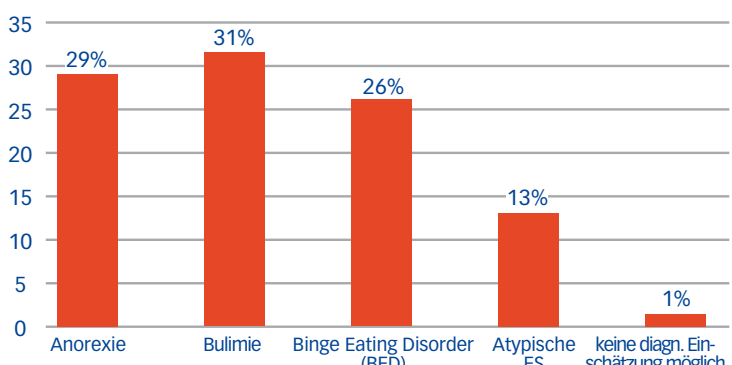
Alter der Betroffenen / persönliche Beratung



Art der Essstörung

Jeweils zu ca. einem Drittel fanden Beratungen bei Magersucht (29 %) und Bulimie (31 %) statt. Betroffene mit Binge Eating Disorder machten 26 % in der Beratung aus. Dies bedeutet einen Anstieg um 10 % gegenüber dem Vorjahr. Zu 13 % kamen atypische Essstörungen vor, d.h., hier waren die Kriterien einer klassischen Essstörung nicht vollständig erfüllt.

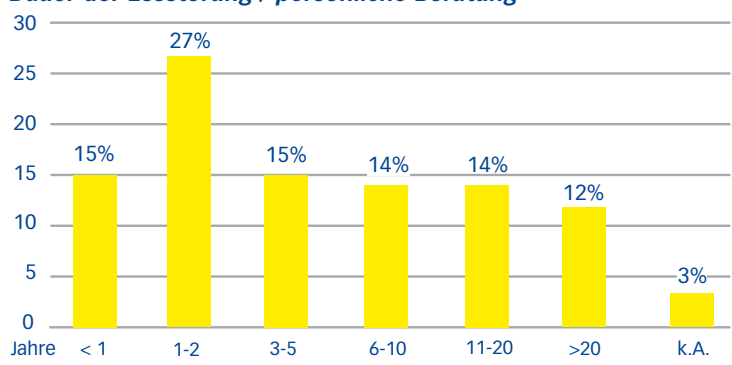
Art der Essstörung / persönliche Beratung



Erkrankungsdauer

Im Zeitraum der 1 bis 2-jährigen Erkrankungsdauer gab es die meisten Ratsuchenden (27 %). Ansonsten gab es im Zeitraum von unter einem Jahr bis über 20 Jahre eine annähernd gleiche Verteilung.

Dauer der Essstörung / persönliche Beratung



Bisherige Hilfen

Ein Viertel der Klientinnen gab an, noch nie Hilfe in Anspruch genommen zu haben. Die Hälfte war bereits in ambulanten und/oder stationärer Therapie. Zudem wurden allgemeinärztliche oder fachärztliche (meist psychiatrische) Behandlungen in Anspruch genommen.

Begleiterkrankungen

Bei den Betroffenen treten häufig begleitende psychische Erkrankungen auf. Depressionen wurden mit 23 % am häufigsten genannt. Des Weiteren wurden Borderline-Störungen, Ängste, Zwangserkrankungen und andere Suchterkrankungen genannt. 5 % der Klientinnen haben ein Trauma benannt, viele leiden an einer posttraumatischen Belastungsstörung.

Ergebnisse und Inhalte der persönlichen Beratungen (z. T. Mehrfachnennung)

Häufigste Ergebnisse waren: ein vorbereiteter Weg in die ambulante Therapie (84 Personen) sowie die Einsicht in die Notwendigkeit weiterer Beratungsgespräche (51 Personen). 30 Klientinnen wurden über stationäre Aufenthalte informiert, 25 Ratsuchende an andere Beratungsstellen oder Gruppenangebote verwiesen.

Wichtige Inhalte in der Beratung sind zunächst Aufklärung über die Erkrankung und Informationen über Behandlungsmöglichkeiten. Bei vielen Klientinnen steht im Gespräch die Krankheitseinsicht und die realistische Einschätzung des Schweregrads der eigenen Essstörung im Fokus. Aufbau oder Aufrechterhaltung der Motivation für eine Behandlung ist ein wichtiges Ziel bei den überbrückenden Gesprächen während der Wartezeit auf einen ambulanten oder stationären Therapieplatz. Häufig werden in diesen Beratungsgesprächen mit der Klientin Ziele erarbeitet, die erste Schritte zur Bewältigung der Essstörung möglich machen.

■ Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung

Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung auf kommunaler und bundesweiter Ebene ist ein arbeitsintensiver Tätigkeitsbereich.

dick und dünn e. V. war vertreten im:

- Bundesfachverband Essstörungen e. V.
- Arbeitskreis Essstörungen Nürnberg
- Arbeitskreis Sucht der Stadt Nürnberg
- Arbeitskreis Gemeindepsychiatrie der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft Nürnberg
- Mädchen- und Frauenfachforum in Nürnberg (MuFFFiN)



Hauptamtliche Mitarbeiterinnen der Fachberatungsstelle Christine Ertl und Alexandra Kofler, Beratung

Veranstaltungen

- Wegbereiterinnen, Wegbegleiterinnen – Spaziergang zu Stationen des Feminismus in Nürnberg in Zusammenarbeit mit MuFFFiN, März 2016
- Gesundheitsmarkt der Stadt Nürnberg an der Lorenzkirche mit Expertinnengespräch „Essstörungen bei Kindern und Jugendlichen“, Juni 2016
- Ausstellung zur Prävention von Essstörungen „Der Klang meines Körpers“ in Kooperation mit dem Arbeitskreis Essstörungen, Gesundheitsamt Nürnberg, 27.06.-14.07.2016

Angebote im Rahmen der Ausstellung: Führungen von Schulklassen, betreute Besuchszeiten für die Öffentlichkeit, Gesprächsrunde mit Betroffenen, Angehörigen und Fachfrauen

- Internationaler Gedenktag gegen Gewalt an Frauen „Frei leben ohne Gewalt“, zusammen mit dem Arbeitskreis MuFFFiN (Mädchen- und Frauenfachforum in Nürnberg), 25.11.2016

- Gesprächsrunde für Betroffene, Angehörige und Fachleute in der Beratungsstelle in Kooperation mit Kiss Nürnberg, November 2016

Veranstaltungen für Schülerinnen und Studierende

- Projekttag „Soziale Einrichtungen in Nürnberg“ am Pirckheimer Gymnasium
- Infonachmittag zu Essstörungen für SchülerInnen der Wilhelm-Löhe-Schule
- Fachgespräch für Studierende der Fachakademie Fürth
- Interview zur Bachelor-Arbeit „Sport und Magersucht“

Politische Arbeit

- Treffen mit Marlene Mortler, Drogenbeauftragte des Bundes, zusammen mit den Elternselbsthilfegruppen zu Essstörungen aus Nürnberg und Lauf.
- Gespräche mit Mitgliedern des Nürnberger Stadtrats aus den Fraktionen der SPD, CSU, FDP und Bündnis 90/die Grünen zum Haushaltsantrag an die Stadt Nürnberg, insbesondere bezüglich der Planung eines Beratungsangebots für Jugendliche mit Essstörungen.
- Treffen mit Martin Steidler, Versorgungsmanagement der AOK Bayern, zur Position der Beratungsstellen in der Behandlung von Essstörungen.

Inhaltliche Arbeit

- Fachlicher Austausch mit Mitgliedern des Qualitätszirkels der Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutinnen Nürnberg.
- Fortlaufende kollegiale Beratung mit Kolleginnen der Beratungsstelle zu Essstörungen „waagnis“, Regensburg, der Psychosozialen Suchtberatungsstelle Caritas Fürth und mit Bettina Rosen, Fachärztin für Allgemeinmedizin.
- Vernetzungstreffen und Austausch mit: Frau Frenz, Vincentro; Melanie Gerstner, Ernährungsberaterin; Dr. Patrick Nonell, Leiter der Kinder- und Jugendpsychiatrie Nürnberg; Dr. Elisabeth Rauh, Leiterin der Psychosomatik der Schön-Klinik Bad Staffelstein.

Pressearbeit

- Interview Nürnberger Zeitung „Diäten als Hauptauslöser für eine Essstörung“
- Interview Stadtanzeiger „Das mag ich nicht, das schmeckt mir nicht. Wenn Essen zum Problem wird“
- Interview mit Radio Z zu Essstörungen und der Ausstellung „Der Klang meines Körpers“

Qualitätssicherung

- Die Beratung und die Verwaltung wird von hauptamtlichen Mitarbeiterinnen geleistet.
- Die Beraterinnen arbeiten in kollegialer Beratung mit Mitarbeiterinnen anderer Einrichtungen zusammen. Sie erhalten externe Supervision und regelmäßige Fortbildungen und Weiterbildungen.

Wir nahmen an folgenden Fortbildungen und Tagungen teil

- Tagung des Bundesfachverbandes Essstörungen, München
- Frauengesundheitskonferenz der BZgA „Psychische Gesundheit von Frauen“, Köln
- Anti-Depressionstag „Moderne Zeiten – Depression und Internet“, Nürnberg
- „Körper und Stress, Tagung des Klinikum Nürnberg
- „Jetzt! Übungen zur Gegenwärtigkeit“, Papenburg
- Modernes Büromanagement für Mitarbeitende in Sekretariat und Verwaltung, Diakonie

Weiterbildung

- Ganzheitliche Ernährungsberatung, Paracelsus-Schule Nürnberg