

body
talk



Frankfurter Zentrum
für Ess-Störungen



**Fühl Dich wohl in
Deinem Körper**

Warum BodyTalk?

Tagtäglich lernen Kinder und Jugendliche, wie sie auszusehen haben. Wobei diese Lektion in keinem Lehrbuch zu finden ist!

Vielmehr zeigen Fernsehsender und Zeitschriften, was schön ist. Dabei führen die Bilder der Mode-, Musik- und Kosmetik-Branche ein extrem einseitiges Schönheitsideal vor Augen. Und das mit enormer Überzeugungskraft.

Gerade Kinder und Jugendliche sprechen besonders auf Markenbotschaften an und orientieren sich an dem vermittelten stereotypen Schönheitsideal. Sie sind dadurch einem hohen sozialen und medialen Druck ausgesetzt. Entspricht der eigene Körper nicht dem gängigen Idealbild, so kann dies zu einer erheblichen Verunsicherung und Selbstwertproblematik führen. Häufige Diäten als Folge dieser Entwicklung bilden ein Risiko für die Entstehung von Essstörungen.

Deshalb haben das Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen und die Körperpflegemarke Dove jetzt ein Präventionsprogramm ins Leben gerufen: **BodyTalk**



BodyTalk will im Sinne einer lebensbejahenden und alltagsnahen Gesundheitsförderung zur Stärkung der Lebenskompetenzen von Jugendlichen beitragen. In Übungen, die sich an den Lebensthemen von Jugendlichen orientieren, wird das Selbstwertgefühl der jungen Menschen gestärkt.

BodyTalk unterstützt die Entwicklung eines positiven Körpergefühls und fördert einen kritischen Umgang mit Schönheitsnormen. Hierzu zählt auch die Auseinandersetzung mit dem stereotypen Schönheitsideal in den Medien. Anhand von Film- und Fotomaterial werden Klischees aufgedeckt und die Manipulierbarkeit von Aussehen aufgezeigt.

BodyTalk möchte jungen Menschen einen selbstbewussten Umgang mit sich und der eigenen Schönheit vermitteln. Schönheit bedeutet, sich wohl zu fühlen im eigenen Körper.



Was leistet BodyTalk?

Das Projekt **BodyTalk** bietet kostenlose Workshops für die 7.-10. Klassen an. Zudem werden in Seminaren für Lehrerinnen und Lehrer fachliche Inhalte von **BodyTalk** behandelt sowie weitere Projektideen zur Gesundheitsförderung in Schulen entwickelt. Auch diese Workshops sind kostenlos. Sämtliche Inhalte dienen der Prävention von Essstörungen und eignen sich insbesondere für die pädagogische Arbeit an Schulen. Die Inhalte können nachhaltig angewendet und langfristig in den Lehrplan integriert werden.

BodyTalk für Schulklassen

- Altersgerechte Präventionseinheiten zu Körperbild und Rollenidentität
- Übungen zur Selbstwertstärkung
- Auseinandersetzungen mit Mediendarstellungen anhand von Foto- und Filmmaterial
- Diskussionsrunden zum Umgang mit gesellschaftlichen Normen

Zeitrahmen: 2 Schulstunden

BodyTalk für Lehrerinnen und Lehrer

- Früherkennung von Essstörungen und Interventionsmöglichkeiten, Ursachen und gesellschaftliche Hintergründe
- Risiko- und Schutzfaktoren in der Pubertät, geschlechtsspezifische Aspekte
- Methodisch-didaktische Ansätze im Bereich Körperwahrnehmung / Selbsterfahrung, Übungen und Projektideen für die pädagogische Praxis

Zeitrahmen: 2 Zeitstunden

Die Workshops werden immer gemeinsam angeboten, d.h. pro Schule eine Einheit für eine Schulklasse und eine Einheit für Lehrer/innen. Die Kosten für die Workshops und die Anreise der Trainerin tragen das Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen und Dove. Weitere Details können nach persönlicher Rücksprache geklärt werden.

Sie möchten BodyTalk an Ihrer Schule durchführen?
Dann melden Sie sich jetzt an:

Kontakt

Anmeldeformular unter:

www.essstoerungen-frankfurt.de/bodytalk

Für Rückfragen:

Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen gGmbH

Ansprechpartnerin: Beate Schnabel

Hansaallee 18

60322 Frankfurt

Tel.: 069/55 73 62

Fax: 069/5961723

Email / Helpline für Jugendliche:

bodytalk@essstoerungen-frankfurt.de

Über das Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen

Das Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen bietet seit 1986 ein umfassendes Angebot zur Prävention, Beratung und Behandlung von Essstörungen und Esssucht. Die Entwicklung von Projekten zur Prävention von Essstörungen und Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen ist ein vordringliches Anliegen der Einrichtung. Angebote zur Gesundheitsförderung an Schulen und Jugendeinrichtungen bilden hierbei einen zentralen Schwerpunkt. Die Präventionsprojekte beinhalten auch eine kritische Auseinandersetzung mit dem überzogenen gesellschaftlichen Schlankeits- und Schönheitsideal, dem Mädchen – und zunehmend auch Jungs – heute ausgesetzt sind. Ein umfangreiches Fortbildungsprogramm für Fachleute rundet das Angebot ab. Die Fortbildungsveranstaltungen werden bundesweit durchgeführt.