



20 Jahre AES - Wir feiern!
Jubiläumsevent und Apéro

Essstörungen - der vernachlässigte Körper

Veranstaltung für Betroffene,
Angehörige und Interessierte

Freitag, 5. Juni 2015, 18.00 - 20.15 Uhr
Grosser Hörsaal, NORD 1, Frauenklinikstrasse 10
UniversitätsSpital Zürich

Essstörungen - der vernachlässigte Körper

Eine Essstörung findet im Körper statt und widerspiegelt das Verhältnis einer Person zu ihrem Körper. Der Körper ist der Spiegel unseres Ichs. Unsere Haltungen und Bewegungen, unsere Atmung und Muskelspannung widerspiegeln unsere Gefühlszustände und die Beziehung zu uns selbst und zu unserer Aussenwelt. Wer sich im eigenen Körper wohlfühlt, hat auch eine gute Beziehung zu sich selbst.

Bei Menschen mit Essstörungen ist das Verhältnis zum eigenen Körper oft gestört. Nicht selten wird er sehr kritisch betrachtet oder gar abgelehnt. So kann er nicht geborgenheitsspendendes Zuhause sein, sondern wird zum verunsichernden Fremdkörper, dessen Wahrnehmungen nicht getraut werden kann. Mit dieser Verunsicherung geht das Bedürfnis einher, ihn zu kontrollieren und in Zaum zu halten.

In zwei Vorträgen erfahren Sie Wissenswertes und praktische Tipps zum Thema Körper und Essstörungen. Danach ist Zeit für Ihre Fragen und für Diskussionen.

Wir freuen uns sehr, Sie an dieser Informationsveranstaltung und am anschliessenden Apéro begrüßen zu dürfen!



Eleonora Quadri
Präsidentin AES

Programm

18.00 Uhr

Begrüssung

Eleonora Quadri, Präsidentin AES

Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES

PD Dr. med. Gabriella Milos

FMH Psychiatrie und Psychotherapie, Leitende Ärztin,
Zentrum für Essstörungen, Klinik für Psychiatrie und
Psychotherapie, UniversitätsSpital Zürich

18.15 Uhr

Vom Füllen in die Erfüllung

Judith Gautschi,
lic.phil.I, Atem- und Bewegungstherapeutin

Wie die Wahrnehmung körperlicher Empfindungen für Menschen mit Essstörungen zur Ressource werden kann. Ein Einblick in die Körperarbeit mit Beispielen aus der Praxis.

19.00 Uhr

Einen Körper haben, ein Körper sein

Anne Buri Geissbühler,
Dipl. Ernährungs-Psychologische Beraterin IKP

Wie die achtsame Körperwahrnehmung Selbstfürsorge fördert und Vertrauen in Körperempfindungen zurückgibt. Die Verbindung von Kopf und Bauch als heilsamer Weg in die Zukunft.

19.40 Uhr

Diskussion, Fragen aus dem Publikum

20.15 Uhr

Jubiläums-Apéro: 20 Jahre AES

bis ca.

21.15 Uhr

Weitere Informationen

Unkostenbeitrag

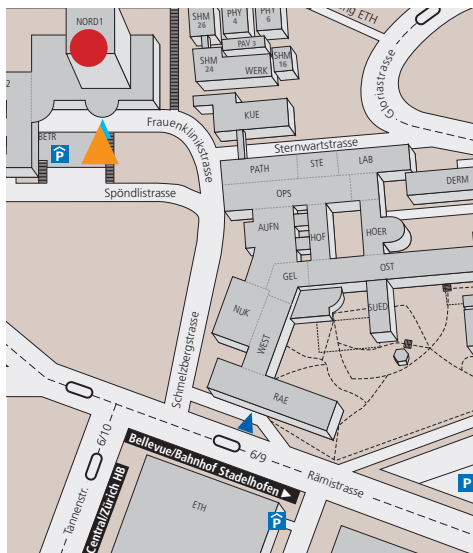
Fr. 10.00 (bar an der Abendkasse). Kostenlos für AES-Mitglieder.
Anmeldung nicht erforderlich.

Organisation und Information

Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES
www.aes.ch / info@aes.ch / Tel. +41 (0)43 488 63 73
Veranstaltungsflyer: zum Download -> aes.ch oder
Bestellung per info@aes.ch oder 043 488 63 73

Zentrum für Essstörungen

www.psychiatrie.usz.ch / Tel +41 (0)44 255 52 80



Veranstaltungsort

UniversitätsSpital Zürich
Grosser Hörsaal, NORD 1
Frauenklinikstr. 10,
8091 Zürich



Eingang Hörsaal

Anreise

Es empfiehlt sich die Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Parkplätze sind beschränkt vorhanden.

Tram 6, 9, 10 bis
ETH/Universitätsspital.

Diese Veranstaltung wird unterstützt von:



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera
Health Promotion Switzerland

pro infirmis