Landeskoordinierungsstelle Essstörungen NRW

4. Newsletter 04. Dezember 2025

Liebe Kolleg*innen,
liebe Leser*innen,

Die kalte Jahreszeit hat begonnen – der perfekte Moment, es sich mit einem warmen Getränk, einer Kerze und unserem brandneuen Newsletter gemütlich zu machen. Wir freuen uns, Ihnen wieder spannende Einblicke, aktuelle Neuigkeiten, sowie interessante Projekte und relevante Veranstaltungen vorstellen zu können. Darüber hinaus möchten wir über das Engagement verschiedenster Akteur*innen in Nordrhein-Westfalen sowie über inspirierende Tipps zum Thema Essstörungen in Nordrhein-Westfalen berichten.

Als LaKoE NRW setzen wir uns dafür ein, Hilfeangebote zu vernetzen, den fachlichen Austausch zu fördern und die Versorgung von Menschen mit Essstörungen und ihre Angehörenden nachhaltig zu verbessern. Unser Ziel ist es, Ihnen eine Plattform für Austausch, Information und Inspiration zu bieten.

Bleiben Sie mit uns informiert und gestalten Sie gemeinsam mit uns die Zukunft der Essstörungshilfen in NRW.

Viel Freude beim Lesen – und wie immer gilt: Wir freuen uns über Ihr Feedback!

Herzliche Grüße

Ihr Team der Landeskoordinierungsstelle Essstörungen NRW

Aktuelles

Ergebnisse Wand der Zukunft

Wir sind begeistert, wie groß die Beteiligung an der „Wand der Zukunft“ beim FORUM Essstörungen 2025 war. Hier konnten die Teilnehmenden ihre Wünsche, Visionen und konkreten Ideen für kommende Entwicklungen gemeinsam mit der LaKoE festhalten. Von innovativen Projektansätzen über konkrete Handlungsvorschläge bis hin zu langfristigen Zukunftsbildern spiegelten die Beiträge die große Bandbreite der Themen und die Kreativität aller Mitwirkenden wider.

Diese Sammlung liefert uns nun wichtige Impulse für die weitere Arbeit und zeigt, wie wertvoll der Austausch und die gemeinsame Gestaltung der Zukunft ist.

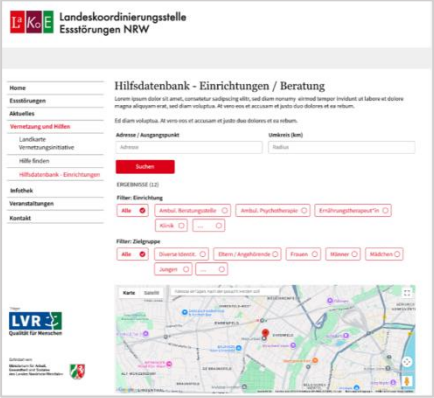
Die „Wand der Zukunft“ hat uns für das Jahr 2026 wertvolle Hinweise geliefert. Wir danken nochmal allen Teilnehmenden für ihre Beiträge.

Die geplanten Meilensteine für 2026 sind:

- Digitale Fortbildungsmodule zu verschiedenen Themen (Pädagog*innen, Basiswissen u.v.m.)
- Digitale überregionale Vernetzungsveranstaltungen
- Aufbau einer Hilfedatenbank
- Bericht von aktuellem aus der Forschung im Newsletter

Alle Anmerkungen zur „Wand der Zukunft” wurden erfasst. Leider können wir nicht alle Themen im nächsten Jahr umsetzen. Die nicht genannten Themen, wie Prävention und weitere Fortbildungsmodule, werden wir aber weiter im Blick behalten.

Hilfe-Datenbank Essstörungen ist da



In Kürze wird unsere neue Hilfedatenbank online gehen und soll allen Nutzer*innen als zentrale Anlaufstelle für Unterstützungs- und Beratungsangebote dienen.
Schon jetzt besteht die Möglichkeit, eigene Angebote zu registrieren und so aktiv zum Aufbau dieser wichtigen Ressource beizutragen.

Wir laden alle Organisationen, Initiativen und Anbieterstrukturen herzlich ein, ihre Leistungen frühzeitig einzutragen. Je mehr Angebote zur Verfügung stehen, desto schneller können Ratsuchende und Fachkräfte die passende Hilfe finden.

Wir werden, um einen Qualitätsstandard zu sichern, alle Anmeldungen einzeln prüfen, bevor diese in die Datenbank aufgenommen werden - in Einzelfällen behalten wir uns vor, mit Ihnen in Rücksprache zu treten.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung und Ihr Engagement – gemeinsam schaffen wir eine umfassende und zuverlässige Informationsplattform!

Erstes landesweites Netzwerktreffen

Am 21.01.2026 wird es das erste digitale, überregionale Netzwerktreffen geben. Dieses Format entstand aus dem ausdrücklichen Wunsch unseres Netzwerks und der „Wand der Zukunft“, den Austausch überregional zu stärken und voneinander zu lernen.

Ziel des Treffens ist es, aktuelle Themen gemeinsam zu diskutieren, gute Praxisbeispiele sichtbar zu machen und neue Impulse für unsere weitere Zusammenarbeit zu setzen. Sie können sich ab jetzt hier anmelden.

Alle angemeldeten Personen erhalten vorab einen Zugangslink sowie eine Agenda für das erste Treffen. Falls es schon vorab Themenwünsche gibt, wenden Sie sich gerne per Mail an uns.

Themenheft „Essstörungen bei Jungen und Männer“

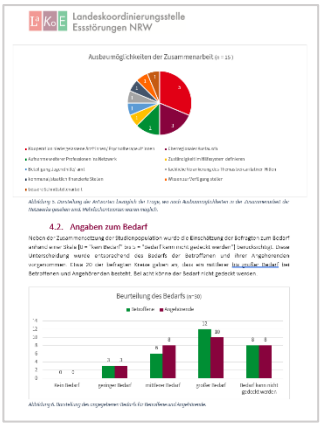
Die Landesfachstelle Essstörungen NRW hat im Februar 2019 zu diesem Thema das Themenheft Essstörungen bei Jungen und Männern herausgegeben.

Es steht weiter als Download auf dieser Internetseite auch in der Infothek zur Verfügung.

Zusätzlich steht noch ein Restbestand an gedruckten Exemplaren zur Verfügung, die bei Interesse gerne per Mail bestellt werden können.

Weitere Informationen zum Thema „Essstörungen bei Jungen und Männern“ finden Sie auch auf unserer Homepage. Unter Anderem finden Sie hier einen Link zu kostenfreien Fortbildungsunterlagen (mit CME Punkten für Ärzt*innen) der Ruhruniversität Bochum.

Ergebnisse der Befragung der Sucht- und Psychiatriekoordinator*innen sind nun auf der Homepage einsehbar



Wir haben in diesem Jahr 2025 alle 67 Sucht- und Psychiatriekoordinator*innen zu der Struktur und Finanzierung der Hilfen für Menschen betroffen an einer Essstörung wie auch deren Angehörende befragt.

Ab sofort finden Sie sämtliche Auswertungen und zentralen Erkenntnisse der Umfrage auf unserer Website.

Die Ergebnisse liefern uns erste wichtige Hinweise auf die Strukturierung des Hilfesystems und die Verantwortungsverteilung und liefert erste Erkenntnisse wo wir noch gezielter ansetzen können.

Diese Rückmeldungen sind für uns äußerst wertvoll und fließen direkt in die Planung und Weiterentwicklung unserer kommenden Schritte ein.

Wir danken Ihnen herzlich für Ihre Teilnahme und Ihr Interesse. Gemeinsam können wir auf dieser Grundlage weiterhin fundierte Entscheidungen treffen und unsere Arbeit noch besser an Ihren Bedürfnissen ausrichten.

Bei Fragen oder Anmerkungen melden Sie sich gerne per Mail.

Ihre Meinung ist gefragt – Wir suchen einen neuen Namen für das FORUM Essstörungen NRW

Aufgrund von Namenskollisionen sind wir auf der Suche nach einem eindeutigeren Namen für das „FORUM Essstörungen NRW“. Ziel ist es mehr Klarheit zu schaffen und potenzielle Fehlerquellen zu reduzieren. Um jedoch nicht unnötig Verwirrung zu stiften, behalten wir zentrale Bestandteile des bisherigen Namens bewusst bei. So stellen wir sicher, dass die Wiedererkennung erhalten bleibt und der Übergang für alle Beteiligten so reibungslos wie möglich verläuft. Wir möchten Sie an dem Entscheidungsprozess teilhaben lassen, deshalb haben wir auf LinkedIn eine Umfrage gestartet. Stimmen Sie ab und lassen Sie uns an Ihrer Präferenz teilhaben.

Die Abstimmung läuft noch bis zum 11.12.2025.

Wir freuen uns auf Ihre Beteiligung.

Wir blicken zurück

LaKoE beim DGESS/DAG Kongress in Stuttgart

Lisa Hentschke war dieses Jahr für die LaKoE beim DGESS/DAG-Kongress vom 08.-10.10.2025 dabei – einer großartigen Plattform für Austausch, Inspiration und aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse rund um Ernährung, Stoffwechsel, Essstörungen, Adipositas und psychische Gesundheit.

Besonders spannend waren die Diskussionen und der Austausch zu neuen Therapieansätzen, innovativer Forschung, Prävention und interdisziplinärer Zusammenarbeit. Ein starkes Zeichen für mehr Verständnis und ganzheitliche Ansätze im Umgang mit diesen komplexen Themen.

Neben den fachlichen Impulsen war der persönliche Austausch ein echtes Highlight – Kolleg*innen treffen, neue Kontakte knüpfen und sich über gemeinsame Projekte austauschen macht diesen Kongress so besonders.

Ein herzliches Dankeschön an alle Organisator*innen, Referent*innen und Teilnehmenden für die spannenden Tage!

Ich nehme viele neue Ideen, Impulse und wertvolle Kontakte mit.

Werkstatttag und Lebenshungerkonzert der Werkstatt Lebenshunger e.V.

„Wir haben die Wahl
Wir könnten auch mal was riskieren
Wir könnten uns verletzlich zeigen
Und die Hoffnung nicht verlieren

Wir können es versuchen, anstatt gleich aufzugeben
Und uns Mut machen, die guten Seiten sehn
Uns verbünden, statt aufeinander loszugehen“
- Berge (Für die Liebe) -

Der Song "für die Liebe" von Berge, an diesem Nachmittag gesungen vom Popchor Lebenshunger, beschreibt den vergangenen Werkstatttag am 14.11.25 wie wir finden sehr gut. Wir durften einen Nachmittag mit inspirierenden und mutigen Menschen wie Arne Bredemeyer verbringen. Er hat eine Wahl getroffen und erzählte uns mutig in Bild, Ton und Geschichte,

seinen Weg und möchte damit gemeinsam mit der Werkstatt Lebenshunger auf die Themen Muskeldysmorphie sowie Essstörungen bei Jungen und Männern aufmerksam machen.

Die Werkstatt Lebenshunger e.V. ist es gelungen, einen Nachmittag zu gestalten, der Raum für Austausch bietet, um voneinander zu lernen und Impulse für die gemeinsame Arbeit mitzunehmen. In den Workshops konnten Themen in der Tiefe beleuchtet werden, um neue Perspektiven einzunehmen und gemeinsam Ideen zu entwickeln, die in der Praxis wirksam werden können. Dabei ging es nicht nur um fachliche Vertiefung, sondern auch um den Dialog, der uns als Fachkräfte und als Menschen stärkt.

Vielen Dank an die Werkstatt Lebenshunger für diesen spannenden, musikalischen, kreativen und inspirierenden Nachmittag. Solche Tage zeigen uns, warum die langjährige Zusammenarbeit z.B. mit der Werkstatt Lebenshunger e.V. und die Netzwerkarbeit so wichtig und wertvoll sind.

Kooperationstag Sucht und Drogen Thema Diversität

Am 01.10.2025 fand in Bochum der 12. Kooperationstag Sucht NRW unter dem Motto „Diversität in der Suchthilfe: Wege zu einer vielfältigen Unterstützungskultur“ statt.

Über 200 Fachkräfte aus den unterschiedlichsten Bereichen der Suchthilfe, Prävention, Medizin, Sozialarbeit und Selbsthilfe nutzten die Gelegenheit, um sich zu vernetzen und Impulse für ihre Arbeit zu gewinnen. Die Diskussionen an diesem Tag machten deutlich: Vielfalt bedeutet Verantwortung für neue Ansätze und eine professionelle Haltung gegenüber allen Menschen.

Durch die Ansiedelung der Landeskoordinierungsstelle Essstörungen NRW an der Geschäftsstelle der Suchtkooperation NRW ergeben sich immer wieder Synergien im Bereich der Suchthilfe. Auch wir von der LaKoE waren dabei und durften einen Stand beim „Markt der Möglichkeiten“ betreuen. Der Erfolg des diesjährigen Kooperationstags ist das Ergebnis der Zusammenarbeit vieler Akteur*innen aus NRW zeigt, wie wichtig Vernetzung und fachlicher Austausch für die Weiterentwicklung der Hilfesysteme sind.

Ein herzliches Dankeschön gilt allen, die diesen Tag durch ihre Beiträge und Mitwirkung gestaltet haben.

Suchtkooperation-Klausurtage in Bielefeld

Da die LaKo E bei der Geschäftsstelle der Suchtkooperation NRW angesiedelt ist, haben wir im Oktober an den jährlichen Klausurtagen teilgenommen. Wie jedes Jahr standen dabei die gemeinsame inhaltliche Ausrichtung, die Weiterentwicklung der Fokusthemen und das Festlegen strategischer Ziele für die Zukunft im Mittelpunkt.

Auch wenn die SuKo bereits seit Jahren eng zusammenarbeitet, finden wir immer wieder neue Schwerpunkte, die wir zusammen über alle Themenbereiche hinweg angehen.

Mit frischer Energie und klaren Zielen gehen wir gemeinsam, engagiert und vernetzt die Aufgaben für ein wirksames Hilfenetz in Nordrhein-Westfalen an.

Erstes Treffen des Expert*innengremium Essstörungen

Kürzlich fand das erste Treffen des neuen Gremiums Essstörungen statt. Dies besteht aus unterschiedlichen Akteur*innen der Essstörungshilfestruktur. Im Mittelpunkt standen das gemeinsame Verständnis der Aufgaben, die Festlegung erster Arbeitsschwerpunkte sowie der Austausch über zentrale Anliegen aus dem Netzwerk. Ziel des Gremiums ist es, wichtige Themen strukturiert voranzubringen, Transparenz zu schaffen und Handlungsempfehlungen zu entwickeln. In den kommenden Monaten wird das Gremium seine Arbeitsweise weiter konkretisieren und erste Maßnahmen auf den Weg bringen.

Die LaKoE wird das Expert*innengremium im Auftrag des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW leiten und koordinieren. Wir freuen uns auf die Arbeit und darauf, gemeinsam die nächsten Schritte zu gestalten, neue Impulse zu setzen und das Netzwerk langfristig zu stärken.

Wissenswertes aus dem Land

- **Beitrag von Volle Kanne (ZDF) zum Thema Männer und Essstörungen**
  Am 14.10.2025 widmete sich das ZDF in der Sendung "Volle Kanne" einem Thema, das im klinischen und beratenden Alltag zunehmend an Bedeutung gewinnt: Essstörungen und Muskeldysmorphie. Der Beitrag zeigt, wie vielfältig Körperbildstörungen auftreten können – und wie wichtig eine frühe Wahrnehmung und professionelle Unterstützung sind. Im Mittelpunkt steht Arne Bredemeyer, der gemeinsam mit dem Verein Werkstatt Lebenshunger e. V. im Projekt „Klang meines Körpers“ an Bausteinen zu Essstörungen bei Jungen und Männern arbeitet. Prof. Dr. G. Paslakis erläutert, welche Warnzeichen auf eine beginnende Magersucht hinweisen können, und beschreibt die Muskeldysmorphie als eine besondere Form der Körperbildstörung. Zum ganzen Video (ab Minute 37:30) geht es hier.

- **Bericht: Das große Tabu – Essstörungen in der Community**
  Matthias Karus von SHALK Eats, einer online Selbsthilfegruppe für Queere Menschen betroffen von einer Essstörung, wurde von der Zeitschrift „Schwulissimo“ interviewt. Das Interview war in der Oktober Ausgabe zu lesen. Wie wir finden ein gelungener Beitrag, welcher die Herausforderungen und die Tabus anspricht und so auf das Thema in der Community aufmerksam macht.
  Sie haben Fragen? Dann schreiben Sie Herrn Karus eine Mail.

- **In Cogito – online Selbsthilfe Angebot**
  In Cogito ist ein Selbsthilfe-Projekt des gemeinnützigen Vereins jungagiert e.V. und richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene, die Probleme mit Essstörungen, Körperbild oder Selbstwert erleben. Ab sofort können sich Austausch-Suchende an noch mehr Wochentagen unkompliziert online für die digitalen Gesprächsgruppen anmelden. Bei dem digitalen Selbsthilfe- und Präventionsangebot von InCogito haben neue Gruppenleiter:innen ihre Ausbildung abgeschlossen. Mit maximal neun anderen Teilnehmenden tauschen sie sich zu Körper, Essen, Selbstwert, Ängsten aus.
  Infos & Anmeldung zu dem kostenlosen Angebot: https://be.in-cogito.de/gespräche

- **Übersicht der DAEM zur Abrechnung Ernährungsmedizinischer und -therapeutischer Leistungen**
  Die AG Ernährungsmedizin und -therapie, hat eine umfassende Übersicht zur Abrechnung von Leistungen der Ernährungstherapie und Prävention veröffentlicht. Ziel der AG EMET ist es mit der Übersicht, Transparenz zu schaffen über Zuständigkeiten, Voraussetzungen, Leistungsinhalte und Erstattungsmodelle und damit die interprofessionelle Zusammenarbeit zu stärken. Das Dokument richtet sich an Ärztinnen und Ärzte, Ernährungsfachkräfte, Krankenkassen, gesundheitspolitische Entscheidungsträger sowie alle, die an einer verbesserten und qualitätsgesicherten Ernährungstherapie interessiert sind.
  Zur ganzen Übersicht geht es hier.

- **Neue Gruppe der WG-Lebensmut**
  Gerne möchten wir Sie darüber informieren, dass die Wohngruppe Lebensmut im Januar 2026 ein weiteres Haus in Schwerte eröffnen wird. Mit diesem neuen Standort erweitert sich das Angebot und es werden zusätzliche Plätze geschaffen, um jungen Menschen differenzierte pädagogische Unterstützung zu bieten.
  Das neue Haus wird zwei inhaltlich voneinander abgegrenzte Konzepte beinhalten:
  - ein intensiv pädagogisch-therapeutisches Konzept mit fünf Plätzen, das auf eine engmaschige Betreuung und therapeutische Begleitung ausgerichtet ist, sowie
  - ein Vorverselbstständigungs-Konzept mit drei Plätzen, das Jugendlichen einen schrittweisen Übergang in ein eigenständiges Leben ermöglicht.

- **Neue Videos der Werkstatt Lebenshunger e.V. zum Thema Muskeldysmorphie**
  Die Werkstatt Lebenshunger e.V. hat gemeinsam mit Arne Bredemeyer und Hr. Prof. Dr. Paslakis Informationsvideos sowie ein neues Modul im Präventionsprojekt Klang meines Körpers zum Thema Muskeldysmorphie und dem neuen Modul des Präventionsprojekt „Klang meines Körpers“ verfasst.
  Die Videos sind auf Youtube unter folgenden Links zu finden:
  https://www.youtube.com/watch?v=D2uvu3jvvUw (Video mit Prof. Dr. Paslakis)
  https://www.youtube.com/watch?v=034LPrXVrQw (Video mit Arne Bredemeyer)

- **Ausschreibung der Deutschen Stiftung Magersucht (DSM)**
  Die DSM hat einen ForschungsCall Anorexia für 2026. Hiermit fördert die DSM kooperative Forschungsprojekte mit leitliniennahen Fragestellungen mit dem Ziel Forschende in einer frühen Karrierephase zu unterstützen. Bis zu zehn Projekte erhalten darin Mittel in Höhe von insgesamt 100.000 Euro.
  Alle weiteren Informationen erhalten Sie hier.

- **Podcast Empfehlung:**
  - Hunger auf Leben
  - F-50 -Süß und Essgestört

Neues aus der Forschung

- **Studie: „Tendencies of eating disordered behaviours in male content creators: a social media analysis“** (A. Schmitt, M. Frenser, T. Fischer)
  Die Studie (09.09.2025, *Journal of Eatingdisorder*) untersucht, wie männliche Social-Media-Creator Essverhalten darstellen und welche ungesunden oder essgestörten Muster darin sichtbar werden. Die Analyse verschiedener Plattformen zeigt, dass Körperideale, Selbstdarstellung und algorithmische Verstärkung problematische Trends fördern. Häufig reproduzieren Creator subtilen Leistungs- und Optimierungsdruck – etwa durch extreme Diäten, strikte Bulking/Cutting-Routinen oder die Glorifizierung bestimmter Körperformen. Die Autor*innen plädieren für einen kritischeren Umgang mit Fitness- und Lifestyle-Content sowie für mehr Forschung, um Risiken früh zu erkennen und Prävention zu stärken.
  Zum ganzen Review geht es hier.

- **Pharmakotherapie der Essstörungen - Ein Update** (T. Baumann, U. Voderholzer)
  Der Artikel (20.02.2025, *Der Nervenarzt*) gibt einen aktuellen Überblick über die Pharmakotherapie von Essstörungen und zeigt, dass die medikamentöse Wirksamkeit – insbesondere bei Anorexia nervosa – weiterhin begrenzt ist. Insgesamt wird betont, dass Medikamente nur ergänzend zu psychotherapeutischen und ernährungstherapeutischen Maßnahmen eingesetzt werden sollten und weiterer Forschungsbedarf besteht.
  Zum ganzen Artikel geht es hier.

- **The impact of masculinity and femininity on disordered eating symptoms and the mediating role of muscularity ideals** (A. Schmitt, M. Frenser, T. Fischer)
  Die Autoren des Artikels (17.09.2025, *Scientific Reports*) analysierten, wie die eigene Einschätzung von Geschlechtsrollen – also wahrgenommene „Maskulinität" oder „Feminität" – mit Körperidealen sowie mit gestörtem Essverhalten und muskeldysmorpher Symptomatik bei Frauen zusammenhängt. Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass Geschlechtsrollen und Körperideale wichtige Einflussfaktoren auf Körperbild und Essverhalten sind — und flexible Vorstellungen von Geschlecht und Körperidealen Ansatzpunkte für Prävention sein könnten.
  Zum ganzen Artikel geht es hier.

- **Idealized Body Images and Fitness Lifestyles on Social Media: A Systematic Review Exploring the Link Between Social Media Use and Symptoms of Orthorexia Nervosa and Muscle Dysmorphia** (G. Brandt, M. Pahlenkemper, V. C. Jürgensen, M. S. Lehe, N. M. Laskowski, G. Halbeisen, G. Paslakis)
  In dem Artikel (20.08.2025, *European eating disorder review*) wird der Zusammenhang zwischen der Nutzung von Social Media, idealisierten Körperbildern und Fitness-Lifestyles sowie den Symptomen von Orthorexia nervosa und Muskeldysmorphie systematisch ermittelt. Die Überprüfung zeigt, dass Social-Media-Inhalte mit starkem Fokus auf Körperform, Fitness und Ernährungsnormen potenziell das Risiko für zwanghafte Ess- und Körperbildprobleme erhöhen. Allerdings betonen die Autor*innen, dass der kausale Zusammenhang noch unklar ist, dies sollte noch weiter Untersucht werden.
  Zum ganzen Artikel geht es hier.

- **Affective Dimensions in Maternal Voice During Child Feeding in Mothers With and Without Eating Disorder History—Findings From a Machine Learning Analysis of Speech Data** (J. K. Throm, M. Milling, A. Triantafyllopoulos, A. Kathan, A. F. Dörsam, J. Löchner, B. Schuller, K. E. Giel)
  Der Artikel (03.10.2025, *European eating disorder review*) eruiert mithilfe von Machine-Learning Sprachdaten, ob sich in der mütterlichen Stimme während des gemeinsamen Essens mit dem Kind Unterschiede zeigen, je nachdem ob eine Mutter eine Vorgeschichte mit Essstörungen hat oder nicht. Mütter mit Essstörungs-Vorgeschichte zeigen beim gemeinsamen Essen stärkere emotionale Signale in der Stimme, was darauf hindeutet, dass frühe Ess- und Fütterinteraktionen spätere Essmuster und familiäre Dynamiken beeinflussen können.
  Zum ganzen Artikel geht es hier

Sie sind an weiteren Wissenschaftlichen Artikeln, Paper und Reviews interessiert? Dann schauen Sie doch mal auf der Seite der Deutschen Gesellschaft für Essstörungen vorbei.

Kommende Termine

- **Überregionales Netzwerktreffen**
  Die LaKoE initiiert am 21.01.2026 das erste digitale Netzwerktreffen. Zielgruppe sind alle Mitglieder der Netzwerkinitiativen und Interessierte an der Netzwerkarbeit.
  Hier geht es zur Anmeldung.

- **Coaching für Mütter und weibliche Angehörende von essgestörten Kindern und Jugendlichen**
  Der Umgang mit essgestörten Kindern und Jugendlichen ist eine große Herausforderung und bedeutet für alle eine Überforderungssituation. So entstehen oft schwer aushaltbare Alltagskonflikte, Ohnmachtsgefühle, Wut und Verzweiflung, Angst um das Leben der Betroffenen. An diesem Samstag ist das Ziel mit weiblichen Angehörenden gemeinsam hilfreiche Strategien und Verhaltensweisen zu erarbeiten hin zu einem ruhigen, humorvollen, warmen, unterstützenden Verhalten.
  Termin: 31.01.26;
  Anmeldung bitte telefonisch unter (0202) 30 60 07 oder per Mail über s.boese@frauenberatungwuppertal.de

- **Wie funktioniert Selbsthilfe und wie gründet man eine Selbsthilfegruppe?**
  Aus der Veranstaltungsreihe: Stark fürs Ehrenamt
  Der Begriff "Selbsthilfegruppe" ist vielen bekannt, aber was bedeutet Selbsthilfe eigentlich genau und welche Themen können dort besprochen werden? Wie gründet man seine eigene Selbsthilfegruppe? Welche Gruppen gibt es bereits und wie findet man die? Im Workshop erfahrt ihr, wie Selbsthilfe funktioniert und wie Selbsthilfegruppen in Nordrhein-Westfalen unterstützt werden. Insbesondere geht es um die Frage: Wie gründe ich eine Selbsthilfegruppe?
  Termin: 08.12.25; Hier geht es zu weiteren Informationen und der Anmeldung.

- **Save the date: „Eating disorder awareness week"**
  Wir möchten Sie rechtzeitig darüber informieren, dass die „Eating disorder awareness week" im kommenden Jahr vom 23.02. - 01.03.2026 stattfindet. Das diesjährige Thema lautet „Kämpfen für Veränderung, engagiert für Veränderung". Wir von der LaKoE werden uns wieder mit Beiträgen in den Sozialen Medien beteiligen. Wenn Sie Aktionen in dieser Woche haben, die Sie über unseren LinkedIn Kanal geteilt haben möchten, melden Sie sich gerne bei uns.

- **EAT Vorlesung der jungen DGEM**
  Ab dem 14.10.25 lädt die Junge DGEM zur sechsten Runde ihrer EAT-Vorlesungsreihe ein. Immer dienstags von 18:00 bis 20:00 Uhr stehen aktuelle Themen der Ernährungsmedizin im Fokus. Vermittelt werden neueste wissenschaftliche Erkenntnisse sowie praxisorientierte Ansätze aus Forschung und Klinik. Am 13.01.26 gibt es auch einen Vortrag zum Thema Essstörungen.
  Die Teilnahme ist kostenfrei und die Vorlesungen finden online via Zoom statt.

Und das sind lange nicht alle Termine!

Auf unserer Internetseite www.landeskoordinierungsstelle-essstoerungen-nrw.de steht Ihnen eine Anwendung für die Durchsicht von weiteren Terminen wie Fortbildungen, Fachtagungen u.Ä. zur Verfügung. Ein Blick lohnt sich. Stöbern Sie gerne einmal durch, ob Interessantes für Sie dabei ist!

Sie möchten öfter über neue Veranstaltungen, Fortbildungen, Fachtage und vieles mehr informiert werden, dann folgen Sie uns auf LinkedIn

Sie können auch ganz leicht Ihre Veranstaltungen, Informationen und Angebote bei uns einstellen, schreiben Sie uns hierzu einfach eine Mail oder füllen Sie das Infobörse Formular aus.

Wenn Sie weitere Fragen zu einem der aufgeführten Themen haben oder Sie Inhalte im nächsten Newsletter teilen wollen, melden Sie sich unter den unten angegebenen Kontaktdaten. Wir freuen uns über den Austausch und das Erweitern des Netzwerkes.

Herzliche Grüße und eine ruhige und besinnlichen Jahresausklang sowie einen guten Start ins Jahr 2026.

Bis bald

Lisa Hentschke

für das Team der *Landeskoordinierungsstelle Essstörungen* NRW

Telefonnummer: 0221-8096538
E-Mail: info@landeskoordinierungsstelle-essstoerungen-nrw.de
Homepage: www.landeskoordinierungsstelle-essstoerungen-nrw.de