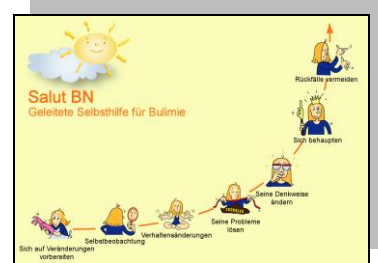


Salut –

begleitetes internetbasiertes Selbsthilfeprogramm bei Bulimie



„Salut“ ist ein begleitetes internetbasiertes Selbsthilfeprogramm für Menschen, die unter Bulimie leiden. Das Programm unterstützt Sie darin, allmählich wieder Kontrolle über ihr Essverhalten zu erlangen. Die Besonderheit des Angebotes besteht darin, dass Sie in Ihrem Veränderungsprozess von einer Fachkraft unterstützt werden.

„Salut“ besteht aus sieben aufeinander aufbauenden Modulen. Diese enthalten Informationen, Übungen und Beispiele. Sie können das Programm selbständig zuhause bearbeiten. In wöchentlichen E-Mail Kontakten erhalten Sie von einer Mitarbeiterin des Frankfurter Zentrums für Ess-Störungen ein individuelles Feedback. So haben Sie bei Fragen und Problemen eine persönliche Ansprechpartnerin.

In einem Beratungsgespräch in unserer Einrichtung werden vor Beginn die Teilnahmevoraussetzungen geklärt und Informationen zu den Programminhalten vermittelt. Nach drei Monaten findet ein weiteres Gespräch statt, in dem Fortschritte und Hindernisse reflektiert werden. Das Programm endet nach sechs Monaten mit einem abschließenden Auswertungsgespräch.

Vorteile des Programms

- Direkter Zugang von zuhause aus
- Flexible Zeiteinteilung
- Räumliche Mobilität
- Einfache Handhabung
- Fortlaufender Überblick durch Esstagebücher
- Begleitung und individuelles Feedback durch eine Fachkraft
- Evidenzbasiertes Programm

Teilnahmevoraussetzungen

- Bulimia nervosa vom Purging-Typus (Essanfälle mit Erbrechen und/oder Abführmittelmissbrauch)
- Alter mindestens 18 Jahre
- BMI > 17,5
- Fähigkeit und Bereitschaft zur Selbstreflexion
- Internetzugang

Teilnahmekosten

Die Kosten für die Teilnahme betragen 290,- EUR /Ermäßigung 250,- EUR.

Ansprechpartnerin

Andrea Reitz

Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen gGmbH

Hansaallee 18

60322 Frankfurt

Telefon: 069/55 73 62

E-Mail: reitz@essstoerungen-frankfurt.de

