

WEGWEISER WESERMARSCH

# ESS- Störungen

❖ HILFE

❖ INFORMATION

❖ BERATUNG

❖ THERAPIE

Angebote für Menschen mit Essstörungen und ihre Angehörigen

Hilfe bei Essstörungen .....	3
Ärztinnen / Ärzte.....	4
Therapeuten / Therapeutinnen.....	5
Beratungsstellen .....	6
. . . Präventionsangebot für Schulen.....	6
Spezielle Angebote der Krankenkassen und Gesundheitszentren .....	7
Ernährungsberatung durch Dipl. Ökotrophologinnen.....	8
Selbsthilfe .....	9
. . . rund um die Wesermarsch .....	9
Telefonberatung.....	10
Internetadressen.....	10
Bücher zum Thema .....	10

# HILFE BEI ESSSTÖRUNGEN

Liebe Leserin, liebe Leser,

zur Ergänzung der BZgA-Broschüre „Essstörungen – Was ist das?“ finden Sie im WEGWEISER WESERMARSCH Angebote für Menschen mit Essstörungen und ihre Angehörigen.

Bei Verdacht auf das Vorliegen einer Essstörung ist es wichtig, möglichst frühzeitig professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Zunächst sollte ihr behandelnder Arzt (z. B. ihre Hausärztin) das Vorliegen organischer Ursachen oder Begleiterkrankungen abklären. Kann die Notwendigkeit einer internistischen Betreuung ausgeschlossen werden, beginnt die eigentliche Behandlung der Essstörung.

Professionelle Unterstützung bei der Auswahl der am besten geeigneten Therapieform geben neben Ärzten und Ärztinnen die MitarbeiterInnen von Beratungsstellen. Wenn die Essstörung noch im Anfangsstadium ist, kann eine ambulante Therapie ausreichend sein; ansonsten ist ein stationärer oder teilstationärer Aufenthalt in einer Fachklinik unumgänglich.

Zur Unterstützung der Therapie oder zur Nachbetreuung gibt es Selbsthilfegruppen und Hilfe zur Selbsthilfe. Entsprechende Angebote im Landkreis Wesermarsch sowie Hinweise auf spezielle Literatur und informative Websites sind im Folgenden aufgeführt.

Ulla Bernhold, Gleichstellungsbeauftragte Landkreis Wesermarsch  
Ingrid Kunkel, Diplompädagogin, Niko-Projekt  
Gabriele Peest-Kerchner, Gesundheitswissenschaftlerin (MPH), Niko-Projekt

# ÄRZTINNEN / ÄRZTE

## **Dr. med. Welhardt Becker**

Facharzt für allgem. Medizin  
Am Ahrendshof 2, 26919 Brake  
Tel. 04401 72270  
Fax 04401 70387

- *Beratung (auch Adipositas)*
- *Angehörigenangebot: Ernährungsberatung*

## **Dr. med. Dirk Ebert und Lorenz Friske**

Praxis für Kinder- und Jugendmedizin  
Claußenstraße 4, 26919 Brake  
Tel. 04401 71700

- *Information, Erstberatung und Einzelangebote für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre*
- *Begleitung von Selbsthilfeangeboten*

## **Dr. med. Hans-Jürgen Gutt**

Facharzt für allgem. Medizin  
Alte Straße 2, 26931 Elsfleth  
Tel. 04404 2585  
Fax 04404 959070

- *Gespräche im Rahmen der psychosomatischen Grundversorgung*

## **Dr. med. Silke Monat**

Strandallee 64, 26969 Butjadingen-Burhave  
Tel. 04733 173717

- *Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche*

*Diese Adressen sind aus einer Befragung hervorgegangen.  
Sie können grundsätzlich jede Ärztin, jeden Arzt aufsuchen.*

# THERAPEUTEN / THERAPEUTINNEN

## **Dr. med. Werner Even**

Facharzt für allgem. Medizin, Psychotherapie, Palliativ- und Tropenmedizin,  
Psychotraumatologie

Breite Straße 25, 26939 Ovelgönne

Tel. 04401 81937

- *Ambulante Psychotherapie für Erwachsene, tiefenpsychologisch fundiert, Psychotraumatologie und Traumatherapie*
- *Volle Kostenübernahme durch alle Kassen, ggf. auch durch den Weissen Ring (Psychotrauma)*

## **Dipl. Psych. Peter Pfaffenschläger**

Psychologischer Psychotherapeut

Außendeicher Str. 9, 26349 Jade

Tel. 04455 1252

- *Verhaltenstherapie (Kassenleistung)*
- *Familientherapie und Beratung (private Leistung)*

## **Gemeinschaftspraxis**

### **Christiane Exter / Andrea Schwarz-Zauzich**

Butteldorf 4, 26931 Elsfleth

Ansprechpartnerin: Christiane Exter

Tel. 04221 2717895

kjp-christiane.exter@gmx.de

- *Psychotherapie für Kinder und Jugendliche, Fachrichtung: Verhaltenstherapie*
- *Kassenzulassung*

## **Praxis für Psychotherapie**

### **Dorothea Habbinga**

Psychologische Psychotherapeutin

Kegelerstraße 14, 26939 Ovelgönne

Tel. 04401 82217

- *Einzel- und Gruppenangebote*
- *Alle Kassen*

## **Praxis für Psychotherapie**

### **Sonja Brumloop**

Psychologische Psychotherapeutin

Kaje 7, 26919 Brake

Tel. 04401 7061923

- *Einzel- und Gruppenangebote*
- *Alle Kassen*

*Bei Bedarf kann eine Vermittlung auch an ambulante und stationäre Einrichtungen erfolgen.*

# BERATUNGSSTELLEN

## **Beratungsstelle der AWO für Kinder, Jugendliche und Eltern**

Hafenstraße 2, 26919 Brake  
Tel. 04401 93790  
info@BS-BRAKE.awo-ol.de

oder

Hansingstr. 19, 26954 Nordenham  
Tel. 04731 94220  
info@BS-NRDH.awo-ol.de

- *Beratung für Kinder, Jugendliche und Eltern*
- *Einzelberatung zum Thema „Essstörungen“*
- *Die Beratung ist kostenlos*

## **Frauen beraten donum vitae Kreisverband Wesermarsch e. V.**

Bürgerm.-Müller-Str. 10, 26919 Brake  
Ansprechpartnerinnen:  
Mechtild Frenking, Katharina Groß  
und Barbara Knorz

Tel. 04401 930160  
Fax 04401 98659811  
brake@donumvitae.org

- *Beratung für Mädchen (ab 12 Jahren) und Frauen*
- *Das Angebot ist kostenlos*

## **Landkreis Wesermarsch Fachdienst Gesundheit Sozialpsychiatrischer Dienst**

Rönnelstraße 10, 26919 Brake  
Tel. 04401 927-511

- *Beratung für Betroffene und deren Angehörige*
- *Die Beratung ist kostenlos*

## **Sozialverband Deutschland Kreisverband Wesermarsch**

Schrabberdeich 14, 26919 Brake  
Ansprechpartnerin:

Bettina Ashauer  
Tel. 04401 4784  
Fax 04401 6374

info@sovd-wesermarsch.de  
www.sovd-nds.de

- *Beratung über Krankengeld, Reha, Rente, Arbeitslosengeld, Schwerbehindertenrecht, etc.*
- *Monatl. Mitgliedsbeitrag 5 €*
- *Antragsverfahren 1 x 10 €*
- *Widerspruchsverfahren 1 x 50 €*

## ... PRÄVENTIONSANGEBOT IN SCHULEN

### **DICK & DÜNN Nordwest e. V. - Beratungszentrum bei Essstörungen**

Uferstraße 4, 26135 Oldenburg  
Ansprechpartnerin: Anke Lambrecht  
Tel. 0441 4082844  
info@dick-duenn.de  
www.dick-duenn.de

- *Beratung für Betroffene, Angehörige, Lehrkräfte*
- *Prävention an Schulen und Kindergärten*
- *Kostenpflichtige Gruppenangebote für Essgestörte (ggf. Kostenerstattung oder -beteiligung durch Krankenkasse)*

# SPEZIELLE ANGEBOTE DER KRANKENKASSEN UND GESUNDHEITZENTREN

## **AOK**

Poggenburger Straße 14, 26919 Brake  
Ansprechpartnerin: Sabrina Heidkamp  
Tel. 0441 205139-64622  
Sabrina.Heidkamp@nds.aok.de  
www.aok.de

- *Ernährungsberatung bei erkennbarer Essstörung und Weiterleitung an entsprechende Institutionen*
- *Selbsthilfeförderung, Projektförderung, auch kassenartenübergreifend (Ansprechpartnerin: Bettina Grieshop-Matterne, Tel. 04441 881-28634)*

## **Barmer GEK**

Bahnhofstraße 35, 26919 Brake  
Ansprechpartnerin: Mirjam Wiertzema  
Tel. 0800 3320605870000  
brake@barmer-gek.de  
www.barmer-gek.de

- *Individuelle Ernährungsberatung*
- *Gruppenangebote zur Ernährungsberatung und Bewegungsförderung für Erwachsene, Kinder, Jugendliche und ihre Familien an verschiedenen Standorten der Wesermarsch:*
  - *TOP-Forming (Kids und Teens)*
  - *Vitakids (7-12 Jahre)*
  - *Vitateens (12-18 Jahre)*
  - *Mobilis light (Erwachsene)*
- *Bezuschussung von Selbsthilfegruppen auf Antrag*

## **BKK-Gesundheitszentrum/Mobilservice e. V.**

Friedrich-Ebert-Straße 86 A, 26954 Nordenham  
Ansprechpartnerinnen: Heidrun Furche und Sabine Wilde  
Tel. 04731 22084  
Fax 04731 88438  
info@bkk-gesundheitszentrum.de  
www.bkk-gesundheitszentrum.de

- *Einzelberatung nach ärztlicher Verordnung*
- *Zertifiziertes Kursangebot*

*Die Kostenübernahme oder Zuschussung durch die Krankenkassen ist mit der eigenen Kasse zu klären.*

# ERNÄHRUNGSBERATUNG DURCH DIPL. ÖKOTROPHOLOGINNEN

## **Ernährungsberatung**

**Bettina Liebner**

Mühlenstraße 49, 26931 Elsfleth

Tel. 04404 5259

Fax 04404 988128

liebner.bettina@gmx.de

## **Dr. Ambrosius Studio für Ernährungsberatung**

**Frauke Marzinzick**

Alter Dorfweg 8, 26969 Butjadingen

Tel. 04736 102774

Fax 04736 102775

f.marzinzick@dr-ambrosius.de

www.dr-ambrosius-friesland.de

*Arbeit mit dem Individuellen Essstörungs- und Anorexie-  
Trainingsprogramm nach Dr. Ambrosius*

## **Studio für Ernährungsberatung**

**Anke Plate**

Bahnhofstraße 32, 26954 Nordenham

Tel. 04731 1089085

Fax 04731 108908

a.plate@dr-ambrosius.de

www.dr-ambrosius.de

*Arbeit mit dem Individuellen Essstörungs- und Anorexie-  
Trainingsprogramm nach Dr. Ambrosius*

*Die Antragstellung zur Kostenübernahme oder -beteiligung durch die  
Krankenkassen wird unterstützt.*

# SELBSTHILFE

## **Selbsthilfegruppe Essstörungen**

Diana Hainke

Marktstraße 10 (Räume der AOK), 26954 Nordenham

Tel. 0152 02836337

- *Treffen findet regelmäßig statt*
- *Angehörige sind erwünscht*

## **Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen Wesermarsch**

Susanne Mickinn

Bürgermeister-Müller-Straße 13, 26919 Brake

Tel. 04401 4588

Fax 04401 4580

paritaetischer.brake@t-online.de

Bürozeiten: mittwochs, 14 bis 18 Uhr

- *Vermittlung an bestehende Selbsthilfegruppen*
- *Unterstützung bei der Suche nach Gruppenmitgliedern und bei Neugründungen, Beratung hinsichtlich Fördermöglichkeiten*
- *Die Leistungen sind kostenlos*

## ... RUND UM DIE WESERMARSCH

### **Anonyme Esssüchtige Bremen**

Tel. 0421 327224

0421 8479449 (Christina)

0421 3798760 (Hans)

0421 533108 (Ulrike)

[www.overeatersanonymous.de](http://www.overeatersanonymous.de)

### **BeKoS e.V. – Beratungs- und Koordinationsstelle für Selbsthilfegruppen Oldenburg**

Tel. 0441 884848

[www.bekos-oldenburg.de](http://www.bekos-oldenburg.de)

### **Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe KISS-Friesland**

Tel. 04451 914646

[www.selbsthilfe-friesland.de](http://www.selbsthilfe-friesland.de)

### **Netzwerk Selbsthilfe Bremen-Nordniedersachsen e. V.**

Tel. 0421 4988634 und

0421 704581

[www.netzwerk-selbsthilfe.com](http://www.netzwerk-selbsthilfe.com)

# TELEFONBERATUNG ZU ESSSTÖRUNGEN

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung**

Mo. – Do.: 10 bis 22 Uhr

Fr., Sa., So. u. Feiertage: 10 bis 18 Uhr

Tel. 0221 892031

## INTERNETADRESSEN

- [www.bzga-essstoerungen.de](http://www.bzga-essstoerungen.de)
- [www.bzga-ernaehrung.de](http://www.bzga-ernaehrung.de)
- [www.leben-hat-gewicht.de](http://www.leben-hat-gewicht.de)
- [www.bodycheck.bzga.de](http://www.bodycheck.bzga.de)  
*Hier können Jugendliche ihr Essverhalten analysieren und bewerten lassen.*
- [www.hilfe-essstoerungen.de](http://www.hilfe-essstoerungen.de)  
*Hier können Angebote zur Prävention, Beratung und Behandlung von Essstörungen abgerufen werden.*

## BÜCHER ZUM THEMA

Unter dem Stichwort „Essstörungen“ sind u. a. in **Georg-von-der-Vring-Bibliothek Brake** und in der **Stadtbücherei Nordenham** ausleihbare Bücher zum Thema zu finden.

Eine Auflistung von Büchern zum Thema bietet die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung unter [www.bzga-essstoerungen.de/index.php?id=147](http://www.bzga-essstoerungen.de/index.php?id=147)

Im Online-Portal **Antolin** zur Leseförderung werden diverse Titel zum Suchbegriff „Magersucht“ angezeigt (ab Klasse 6). [www.antolin.de](http://www.antolin.de)



# WEGWEISER WESERMARSCH

**Herausgegeben vom:**

Landkreis Wesermarsch – Frauenbüro  
und  
CVJM-Sozialwerk Wesermarsch e. V. -  
Niko-Projekt Brake/Rodenkirchen  
1. Auflage, Stand: Oktober 2011

**Idee, Bearbeitung und Redaktion:**

Ulla Bernhold, Ingrid Kunkel, Gabriele Peest-Kerchner

**Layout:**

Kerstin Kleemann

**Zu beziehen bei:**

Landkreis Wesermarsch  
- Frauenbüro -,  
Poggenburger Straße 15  
26919 Brake  
04401 927-288 oder -366  
gleichstellungsbeauftragte@lkbra.de

Niko-Projekt  
Brake/Rodenkirchen  
Weserstraße 1a  
26919 Brake  
04401 8596-20  
niko.brake@googlemail.com

**Download im Internet unter:**

[www.landkreis-wesermarsch.de/376.htm](http://www.landkreis-wesermarsch.de/376.htm)

*Diese Liste ist aufgrund einer Befragung entstanden und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Adressen finden Sie auch im Branchenfernsprechbuch oder im Internet.*