

Universitätspoliklinik für Endokrinologie,
Diabetologie und Klinische Ernährung
**Ein Behandlungsprogramm für
Menschen mit Essverhaltensstörungen**

Information und Anmeldung

Interessierte können sich direkt mit uns in Verbindung setzen.
Über unsere Webpage sind detailliertere Informationen erhältlich:
www.pepinfo.ch → Therapie → Essverhaltensstörungen.

Inselspital Bern
Kompetenzbereich für Ernährungspsychologie, Adipositas
und Essverhaltensstörungen
Murtenstrasse 21 (Eingang 45)
3010 Bern

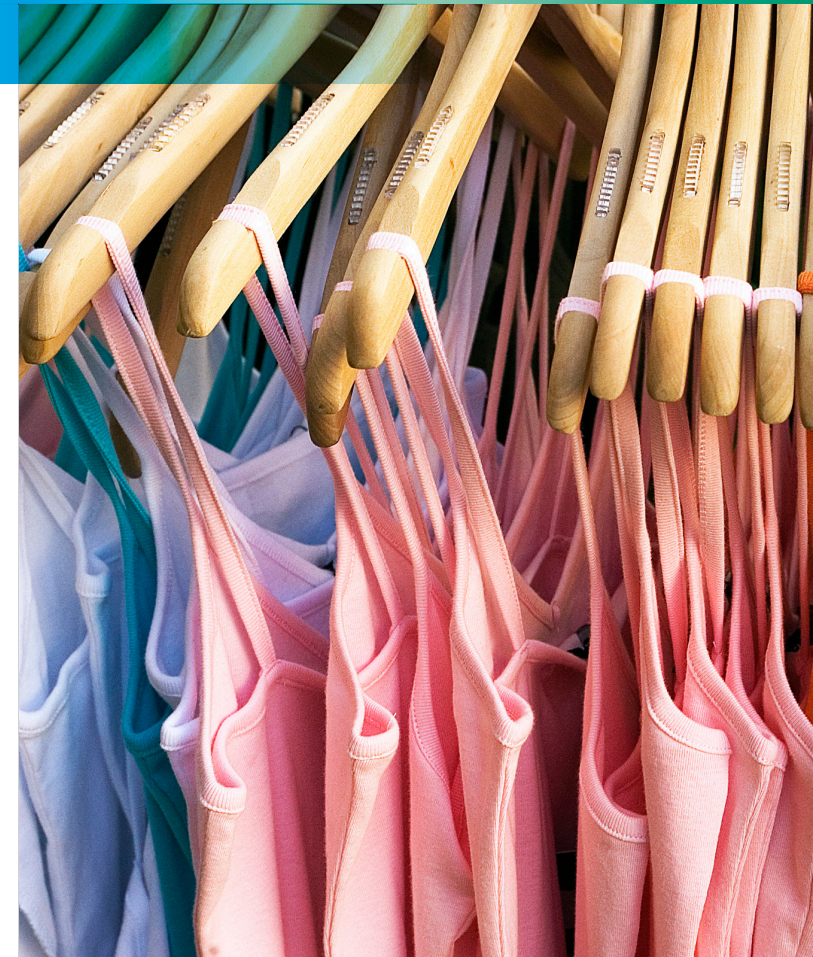
Sekretariat:
Frau F. Matti
Tel. +41 (0)31 632 08 00
Fax +41 (0)31 632 10 00
E-Mail eating@insel.ch

Inselspital
Universitätspoliklinik für Endokrinologie,
Diabetologie und Klinische Ernährung
CH-3010 Bern
Tel. +41 (0)31 632 08 00
www.insel.ch

 **INSELSPITAL**
UNIVERSITÄTSSPITAL BERN
HOPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE
BERN UNIVERSITY HOSPITAL

 **INSELSPITAL**

UNIVERSITÄTSSPITAL BERN
HOPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE
BERN UNIVERSITY HOSPITAL





Starkes Beschäftigtsein mit Gewicht und Figur – Ihr Problem?

Unser Angebot

Ein modernes Therapiekonzept, das auf die individuelle und umfassende Behandlung von Essverhaltensstörungen setzt, bietet Personen mit Anorexie (Magersucht) und Bulimie (Ess-Brechsucht) ein vielfältiges Angebot von Hilfestellungen.

Spezialisierte Erstabklärung inkl. medizinischer Untersuchung zum Ausschluss möglicher körperlicher Faktoren sowie psychologische Evaluation Triage und Erarbeiten eines individuell zugeschnittenen Therapieplans.

Vermittlung einer entsprechenden spezifischen Einzel- oder Gruppentherapie.

Begleitende Unterstützung durch eine spezifische medikamentöse Therapie nach Indikation.

Einzeltherapien

- spezialisierte Ernährungsberatung/Ernährungstherapie
- spezifische Psychotherapie (kognitiv-verhaltenstherapeutisch, systemisch oder analytisch orientiert)
- achtsame Körperwahrnehmungstherapie (für Frauen und Männer)

Gruppentherapien

Kognitiv-verhaltenstherapeutische Gruppentherapie:

- 25 Gruppensitzungen à 90 Minuten, jeweils wöchentlich
- max. 8 Teilnehmerinnen
- Teilnahme nach vorgängigem Indikationsgespräch
- Beginn halbjährlich (Sommer/Winter)
- Ziele:
Erarbeiten der problematischen Verhaltensweisen und sukzessives Ersetzen durch neue Erfahrungen; Einüben von Bewältigungsstrategien im Alltag in kleinen Schritten; Bewältigung von negativen Gefühlen und schwierigen Beziehungskonstellationen.

Achtsame Körperwahrnehmung (für Frauen)

- 21 Gruppensitzungen à 120 Minuten, jeweils wöchentlich, plus 2-3 Einzelsitzungen
- max. 12 Teilnehmerinnen
- Teilnahme nach vorgängigem Indikationsgespräch
- Ziele:
Das Lenken der Aufmerksamkeit auf körperliche Empfindungen und die damit verbundenen Gefühle und Gedanken ermöglicht das Erleben von Eigenständigkeit und Selbstbestimmung, aber auch von Verbundenheit und Nähe; Durch die Aufmerksamkeit im „Hier und Jetzt“ werden Voraussetzungen für konstruktive Veränderungen im Denken und Fühlen geschaffen.

Kostenübernahme

Für die Ernährungsberatung ist eine ärztliche Verordnung zwingend, damit die Kosten von der Grundversicherung übernommen werden (siehe Download www.svde.ch_Verordnungsformular).

Die Kosten der kognitiv-verhaltenstherapeutischen und achtsamkeitsbasierten Einzel- und Gruppentherapien werden nach Indikation von der Grundversicherung übernommen.