

# „Bodytalk“

## zweiteiliger Workshop zur Prävention von Essstörungen

Im Rahmen des erzieherischen Jugendschutzes ist der Workshop „Bodytalk“ für Schülerinnen und Schüler ab Klasse 7 entwickelt worden.

Ziel dieses Workshops in zwei Modulen ist die Prävention von Essstörungen durch interaktive Übungen und Vermittlung von Informationen zum Thema.

Die beiden Module finden an unterschiedlichen Tagen statt.

Modul 1 dauert ca. 1,5 Zeitstunden. Modul 2 dauert ca. 2 Zeitstunden.

### Modul 1 "No body is perfect!" - *Schönheitsideale und Medien*

Inhalte: - Kritische Auseinandersetzung mit Schönheitsidealen und Selbstbildern  
- Reflexion der Rolle der Medien

### Modul 2 "Body and Soul" - *Essverhalten und Gefühle*

Inhalte: - Reflektion des eigenen Ess- und Bewegungsverhaltens  
- Erkennen von Unterschieden zwischen normalem und problematischem Essverhalten  
- Kennenlernen von Essstörungen und Hilfsangeboten  
- Entwickeln von Empathie für Betroffene

**Beide Module** finden in geschlechtshomogenen Gruppen statt.

### Zusatzmodul „FOOD 4 YOU“

Zusätzlich kann kostenfrei entweder der Ernährungsparcours mit 4-5 Stationen (z. B. „Lebensmittel auf dem Prüfstand“, „Getränke- oder Snack-Check“) oder eine Unterrichtseinheit mit einer Ernährungsfachkraft dazu gebucht werden (Inhalte jeweils nach Absprache).

Zeit: 1 Doppelstunde, Veranstaltungsort: Ihre Schule

### Leitung

Die Workshop-Module werden von Referententeams aus Jugendhilfe, ggf. Ernährungsberatung und Schulsozialarbeit durchgeführt.

# „Bodytalk“

## Vorbereitung des Angebotes / Konzeptbesprechung

Im Vorfeld des Angebotes führt die Jugendschutzbeauftragte ein persönliches Vorgespräch mit dem Klassenlehrer zu folgenden Punkten:

- Vorstellung der Workshop-Inhalte und des Ablaufs
- Pädagogische Prinzipien der Jugendschutzarbeit

## Organisatorischer Rahmen

Veranstaltungsort ist - je nach räumlichen Möglichkeiten - Ihre Schule oder ein Jugendtreff.  
Der zeitliche Umfang beträgt ca. 3 Schulstunden pro Modul.

## Informationen zur Klasse

Im Vorfeld benötigen wir folgende Informationen von Ihnen:

- Klassenstärke (Mädchen- und Jungenanteil)
- thematische Vorerfahrungen
- Besonderheiten in der Klasse

## Vor- / Nachbereitung im Unterricht

Für die Vor- und Nachbereitung im Unterricht stellen wir Ihnen gerne geeignete Materialien vor.

## Kosten

zur Zeit kostenfreies Angebot

## Kontakt

Stadt Menden (Sauerland) - Abteilung Jugend und Familie  
Kinder- und Jugendschutz - Uschi Rosenthal  
Rathaus Zimmer B 227  
Tel: 02373 – 903 1470  
E-mail: jugendschutz@menden.de

