



**SELBSTHILFEZÜRICH**

# ESSSTÖRUNGEN

SELBSTHILFEGRUPPE FÜR ELTERN VON BETROFFENEN

Wenn das eigene Kind an einer Essstörung erkrankt, sind Eltern stark gefordert. Die Sorge um das Kind nimmt sie in Anspruch und beeinflusst den Alltag der Familie. Auch wenn das Kind das Erwachsenenalter erreicht, können diese Dynamiken anhalten.

Diese Selbsthilfegruppe bietet Eltern von betroffenen Kindern die Möglichkeit, sich in einem geschützten Rahmen über ihre Erfahrungen und die damit verbundenen Gefühle auszutauschen. Es kann thematisiert werden wie es gelingt, sich selbst Sorge zu tragen und einen Umgang mit den eigenen Grenzen zu finden. Die Erfahrung, mit der herausfordernden Situation nicht alleine zu sein, kann im Umgang mit den veränderten Lebensumständen eine grosse Entlastung und Unterstützung sein.

Fühlen Sie sich angesprochen und möchten gerne mehr über diese Selbsthilfegruppe erfahren? Dann melden Sie sich bei Selbsthilfe Zürich.