

► **14. FORUM Essstörungen NRW, 22. Juli 2021 in Köln**

PROGRAMM

10:30 – 11:00 Registrierung / Begrüßungsgetränk
11:00 Begrüßung / Aktuelles /
Vorstellung der zukünftigen Leiterin der Landesfachstelle Petra Krause

11:30 **„Wohlfühlen alltäglich werden lassen ...“**
Psychohygiene und Selbstregulation mit Zapchen Somatics

Bei Essstörungen stehen das körperliche und seelische Befinden in einem engen Zusammenhang. Zapchen Somatics ist ein körpernaher Ansatz, der auf den Erkenntnissen der westlichen Psychotherapie, Physiologie und der tibetischen Geistesschulungs- und Heiltradition basiert.

Im FORUM vermitteln die Referentinnen Grundlagen und Übungen, die direkt den Körper ansprechen und die Selbstregulation fördern. Die Übungen vermitteln Achtsamkeit, Wertschätzung, Freundlichkeit und Mitgefühl und lehren auf eine leichte und humorvolle Art, unseren Körper zur Unterstützung von Wohlbefinden einzuladen.

Die Übungen können sowohl für uns selbst als auch für unsere Patienten und Patientinnen wohltuend sein.

Referentinnen

Veronika Engl

Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Fachärztin für Allgemeinmedizin, Supervisorin, Ausbildung in PITT bei Prof. Dr. Reddemann, EMDR, Chi Gong, Zapchen somatics

Annamaria Ladik

Ärztin für Neurologie und Psychiatrie, Ärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Spezielle Psychotraumatherapie (DeGPT), Autorisierte Zapchen somatics Lehrerin, tätig in eigener Praxis in Bielefeld

Pause mit Imbiss

14:30 **Weiterentwicklung Handlungskonzept Essstörungen NRW**
Stand der Aktivitäten und Maßnahmen

„Raum für Verabschiedung“
Verabschiedung Maria Spahn, Leiterin der Landesfachstelle

Melany Richter, Leiterin des Referats Prävention, Sucht, HIV/AIDS (V B 3)
Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen

16:00 Ende der Veranstaltung

Teilnahmegebühr 40.- Euro (incl. Verpflegung)
Tagungsort Jugendherberge Köln-Deutz, Siegesstr. 5, 50679 Köln
www.koeln-deutz.jugendherberge.de
www.landesfachstelle-essstoerungen-nrw.de/veranstaltungen/

Corona-Schutzmaßnahmen:

Die Veranstaltung wird mit begrenzter Zahl von Teilnehmenden und – in Absprache mit der Jugendherberge – mit den notwendigen Sicherheitsmaßnahmen durchgeführt.