



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie haben die Empfehlung für die Teilnahme an der **IMPULS-Gruppe für PatientInnen mit Binge-Eating-Störung** im Rahmen unserer Institutsambulanz erhalten. Diese findet alle zwei Wochen **montags 15.30-17.00 Uhr** statt.

Die nächsten geplanten **Termine** sind:

9.11.2020

23.11.2020

7.12.2020

21.12.2020*

04.01.2021*

18.01.2021

01.02.2021

*nach Absprache

In der Gruppe werden die folgenden **Themen** behandelt:

Informationen zur Binge-Eating-Störung
Selbstbeobachtung als Technik, um Essanfälle zu verstehen und zu reduzieren
Risikofaktoren und –situationen für Essanfälle entdecken und entschärfen
Meine nächsten Schritte festlegen und mithilfe von Plänen erreichen
Frustessen und Essen aus Langeweile – warum mache ich das?
Heißhunger widerstehen

Der **Neueinstieg** in die Gruppe ist jeweils **zu Beginn eines Themenblocks** möglich. Die Gruppentherapeutinnen werden mit Ihnen besprechen, ab wann Sie an der Gruppe teilnehmen können.

Aufgrund der steigenden Fallzahlen des Corona-Virus wird die Gruppe zunächst **online** (VidyoConnect) starten. Einen entsprechenden Link mit Zugangscode bekommen Sie zugeschickt.

Bei Fragen können Sie sich gerne jederzeit an uns wenden. Sprechen Sie gerne Ihre Gruppentherapeutinnen an.

Mit freundlichen Grüßen

Prof. Dr. Andreas Stengel
Ärztlicher Leiter der Ambulanz

Dr. Gaby Resmark
Leitende Psychologin der Ambulanz

