

ARBEITSKREIS ESSSTÖRUNGEN STUTTGART



Wie melde ich mich an?

Der Trialog ist ein Angebot für **volljährige** Personen jeden Geschlechts.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Eine vorherige **Anmeldung** per E-Mail oder Telefon ist daher unbedingt erforderlich:

info@abas-stuttgart.de



0711 30 56 85 40

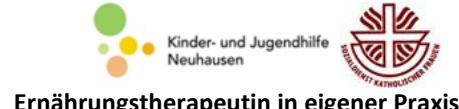
Bitte nennen Sie uns bei der Anmeldung Ihren Vornamen und ob Sie sich als betroffene Person, Angehörige:r oder Fachkraft anmelden möchten. Weitere Daten und auch Ihren Nachnamen brauchen wir nicht. Ihre Angaben werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

Für die Teilnahme entstehen keine Kosten.

Weitere Informationen unter:

www.essstoerungen-stuttgart.de

Beteiligte Institutionen



Ernährungstherapeutin in eigener Praxis

Wo findet der Trialog statt?

In den Räumlichkeiten der
AWO Stuttgart
Stadtteilhaus Ost am Ostendplatz
im „Bürgersaal“
Ostendstr. 83
70188 Stuttgart

So kommen Sie zum Ostendplatz
U-Bahn: U1 / U4
Buslinie 42

Der Trialog bei Essstörungen wird durchgeführt von:

Angelika Haas
Wohngruppen Ariadne, Ki-Ju-Hilfe Neuhausen
Anja Schubert
Frauen-Sucht-Beratungsstelle LAGAYA, LAGAYA e.V.
Julia Hirschmüller
Mädchen*gesundheitsladen, GesundheitsLaden e.V.
Marianne Sieler
ABAS, GesundheitsLaden e.V.
Petra Funk-Wentzel
Praxis für Ernährungstherapie
Uta Jäger
Diakonie Klinikum

In Kooperation mit dem
Arbeitskreis Essstörungen Stuttgart
c/o ABAS Anlauf- und Fachstelle bei Essstörungen

Ansprechpartnerin:
Marianne Sieler
(Geschäftsführung Arbeitskreis)



2026

Ein Austausch auf Augenhöhe für
betroffene Menschen mit allen
Arten von Essstörungs-Erfahrungen,
Angehörige und Fachkräfte

Trialog-Abende

Dienstag,	03. Februar 2026
Dienstag,	17. März 2026
Dienstag,	21. April 2026
Dienstag,	19. Mai 2026

jeweils von 18:30 – 20:30 Uhr

Was ist ein Trialog?

Die Chance geteilten Wissens!

Ein Trialog ist ein Gespräch auf Augenhöhe zwischen betroffenen Menschen mit allen Arten von Essstörungs-Erfahrungen, Angehörigen und Fachkräften unterschiedlicher Professionen.

Im Trialog sind alle Teilnehmenden Lernende und Expert*innen zugleich:

- Betroffene Personen durch eigene Erfahrung mit Essstörungen.
- Angehörige durch (Mit-)Erfahrung und Begleitung im Alltag.
- Fachkräfte durch Ausbildung und Beruf.

Bei allen Beteiligten sind enorme Kompetenzen und Ressourcen vorhanden, die im Trialog gebündelt und gemeinsam genutzt werden.

Frei von familiären oder therapeutischen Beziehungen können Teilnehmende ihre Fragen mit anderen betroffenen Menschen, Angehörigen und Fachkräften diskutieren und Erfahrungen und Wissen zum Thema des Trialog-Abends austauschen.

Durch diese weniger emotionale Beziehung finden ungezwungene Gespräche statt, bei dem alle Teilnehmenden von den Erfahrungen und Sichtweisen anderer profitieren können mit dem Ziel:

**Miteinander zu reden.
Einander besser zu verstehen.
Voneinander zu lernen.**

Wie sprechen wir miteinander?

Wir wollen miteinander reden,
statt übereinander!

Offene Gespräche werden für alle möglich, indem wir achtsam miteinander umgehen und:

- ... uns gleichberechtigt und auf Augenhöhe begegnen
 - ... einander zuhören und ausreden lassen
 - ... von unseren eigenen Erfahrungen sprechen
 - ... Aussagen und Erfahrungen nicht bewerten oder verurteilen
 - ... die Wahrheit als subjektiv betrachten
 - ... Inhalte nicht nach außen tragen und die Anonymität jedes/jeder Einzelnen wahren
 - ... für uns selbst Verantwortung übernehmen
 - ... auf unsere eigenen Grenzen achten und die Grenzen der anderen respektieren.

Ein Trialog ist weder eine Therapiesitzung noch eine Selbsthilfegruppe.

Nach dem Konzept von Schradi & Wunderer, entwickelt an der Hochschule Landshut

Wann findet der Trialog statt?

Der Trialog bei Essstörungen findet in einer Gruppe von max. 20 Personen als Block-Veranstaltung mit vier Terminen statt – Sie können sich auch zu einzelnen Abenden anmelden.

Zwei Moderatorinnen* achten auf die Einhaltung der Gesprächsregeln und ein positives Gesprächsklima.

Themen der Trialog-Abende

03.02.2026 „Essen ist nicht das Problem“
– Hintergrund und Sinnhaftigkeit einer Essstörung

17.03.2026 „Zwischen den Stühlen“ – Wie kann ich mit ambivalenten Gefühlen wie Wut, Angst, Sorge, Fürsorge umgehen?

21.04.2026 „Was im Verborgenen bleibt“
– Vom Umgang mit Heimlichkeiten

19.05.2026 „Was gab mir Rückenwind?“
– Hilfreiche Strategien auf dem Weg aus der Essstörung