

Medienliste Magersucht und Bulimie

Allgemeine Informationen, Ratgeber und Hilfe

- **Wer schön sein will, muss leiden? : Wege aus dem Schönheitswahn-ein Ratgeber**
Tanja Legenbauer ; Silja Vocks - 2005
- **Wenn Essen zum Zwang wird : Ratgeber für Betroffene von Magersucht und Bulimie**
Esther Meier - 2003
- **Gemeinsam die Magersucht besiegen : Ein Leitfaden für Betroffene, Freunde und Angehörige**
Janet Treasure - 2001
- **Was sind Ess-Störungen? : Ein kleines Handbuch zur Diagnose, Therapie und Vorbeugung**
Dr. med. Monika Gerlinghoff ; Dr. med. Herbert Backmund - 2000
- **Super Schlank!?: Zwischen Traumfigur und Essstörungen**
Kathrin Seyfahrt - 2000
- **Magersucht und Bulimie : Verstehen und bewältigen**
Monika Dr. med. Gerlinghoff ; Herbert Dr. med. Backmund ; Norbert, Dr. phil Mai - 2. Aufl. - 1999

Erfahrungsberichte

- **Alice im Hungerland : Leben mit Bulimie und Magersucht. Eine Autobiographie.**
Marya Hornbacher - 1999
- **Der heilige Hunger : Die Geschichte einer Magersüchtigen**
Stephanie Grant - 1998
- **Mein Leben war zum Kotzen : Der Heilungsweg einer Ess-/Brechsüchtigen**
Claudia Wagner-Baumann - 1997

Audiovisuelle Medien

- **Krankmachende Vorbilder : Schöner Schein**
DVD - Barbara Lüthi - 2005 - 13 Min.
SF DRS / Rundschau: Spindeldürre Models und Kleider für Untergewichtige treiben junge Frauen in die Magersucht. Drei junge Frauen, die an Magersucht erkrankt und in Behandlung sind, erzählen von ihrem täglichen Kampf mit ihrem Körper und der Schwierigkeit, dem gängigen ungesunden Schönheitsdiktat nicht mehr zu verfallen.
- **Prävention Essstörungen**
DVD - AES Arbeitsgemeinschaft Essstörungen - 2002 - 33 Min.
Drei Anspielfilme für die Präventionsarbeit im Bereich Essstörungen. Mit Begleitmaterial für Lehrkräfte. Themen: Essen und Hungern als Notsignal - Hungern nach Schönheit - Im Einklang mit meinem Körper.
- **Stop and go: "Anna hat immer Hunger" Geschichten und Gespräche über Ess-Brechsucht.**
Audio-CD - Margrit Keller - 1999 - 47 Min.
Dokument einer sogenannten «Bulimie-Karriere». Anna ist eine junge Frau, die an Ess-Brechstörungen erkrankt ist. Stimmen aus ihrem familiären und persönlichen Umfeld sowie Informationen einer Ärztin ergänzen Annas Geschichte.

Unterrichtsmittel, Pädagogik, Projektarbeit

- **"Nie genug und immer zu viel" : Workshop-Ordner zu Essstörungen 6. - 9. Schuljahr**
Fachstelle für Suchtprävention DFI Luzern - 2006
Fünf Lektionen zu Magersucht und Bulimie.
- **"Nie genug und immer zu viel" : Medienkoffer zu Essstörungen 6. - 9. Schuljahr**
Fachstelle für Suchtprävention DFI Luzern - 2006
Der Medienkoffer enthält neben dem Workshop-Ordner eine zusätzliche DVD, verschiedene Unterrichtsmittel und weitere Printmedien, welche die Vertiefung des Themas erleichtern.

- **Kinderleicht : Ess- und Bewegungsprojekte**

Isabel Zihlmann – 2007

Die vorgestellten Projekte können an die eigenen Verhältnisse angepasst oder ergänzt werden. Dazu können und sollen auch Kinder und Eltern aktiv beteiligt werden. (Enthält.: 1 CD-ROM / stufenübergreifend)

- **Magersucht und Bulimie : Informationen und Tipps für Lehrpersonen**

Bettina Isenschmid ; Sandra Steiner Roth ; Thea Rytz – 2002

Die Broschüre hilft frühzeitig zu erkennen, ob und wann Schülerinnen und Schüler durch Essstörungen gefährdet oder betroffen sind. Die Broschüre wird ergänzt durch 12 Unterrichtsideen zu den drei Unterthemen «Ernährung», «Körperideale/Schönheit» und «Essstörungen».

- **Speisekarte : Eine Orientierungshilfe durch das Land von zu viel und zu wenig**

Fachhochschule Aargau – 2001

Die Speisekarte gliedert sich in Informationen zu Essen / Essstörungen, Vorschlägen für die Suchtprävention im Unterricht und Interventionsmöglichkeiten.

- **Durch dick und dünn**

Susanna Heimgartner (Text); Karin Schneider (Zeichnungen) – 2006

Wo endet der Hang zur normalen Gewichtskontrolle, wo beginnt die krankhafte Selbstzerstörung? Um diese zunächst unsichtbare Grenze geht es in diesem Comic. Er erzählt die Geschichte zweier Mädchen in der Pubertät, die sich zu dick finden. Sie beginnen zu fasten und entdecken alle möglichen Schliche, um die besorgten Eltern auszutricksen. Als sich negative Folgen zu zeigen beginnen, findet eins der Mädchen den Weg zurück zur Normalität. Das andere aber gerät immer tiefer in eine lebensbedrohliche Magersucht. Sein Weg zurück zu einem halbwegs normalen Essverhalten ist lang und hart.

- **Schön genug? : Ein Comic für Mädchen ab 12 Jahren**

Barbara Connell – 2001

Dieses Comic für Mädchen ab 12 Jahren will das Urteilsvermögen gegenüber verführerischen Forderungen an ihr Aussehen schärfen. Arbeitsanleitungen und Aufgabenteil erleichtern die didaktische

Sämtliche aufgeführten Medien und zusätzliche Materialien sind in der Mediothek der Fachstelle für Suchtprävention ausleihbar.

- Ausleihfrist: 4 Wochen

- Online-Katalog und Öffnungszeiten: www.suchtpraevention.ch