

vhsrt

Volkshochschule  
Reutlingen  
Mehr vom Leben

### Schönheitsideale im Spiegel der Kunst

Ein Blick auf das  
20. und 21. Jahrhundert  
Kunst und Werbung spiegeln nicht  
nur die sich wandelnden Schönheits-  
und Körperideale. Nicht nur aber v. a.  
die Werbung beeinflusst(e) umgekehrt  
mehr und mehr die Vorstellungen von  
idealem Körper und Schönheit.

**237B270002**

Fr, 02.02.2024, 15:00–18:00

Haus der Volkshochschule, R. 206  
22,80 € (erm. 20,60 € bei Belegung ab  
dem 3. Angebot der Nachmittagsakade-  
mie speziell) | Dagmar Waizenegger



### Ernährungstherapie bei Essstörungen

Ernährungstherapie ist Kernbestand-  
teil bei der Behandlung von Essstö-  
rungen wie Anorexia Nervosa und  
Bulimia Nervosa. In dieser Veranstaltung  
werden die Grundlagen zum  
Verständnis dieser Thematik an prak-  
tischen Beispielen besprochen. Was  
ist gesundes Essen? Wie ernähren  
wir uns ausgewogen?

**237A211005**

Do, 08.02.2024, 19:00

Haus der Volkshochschule, Saal  
8,00 € (erm. 5,00 €)  
PD Dr. rer.nat. Isabelle Mack

### Essstörungen, Esssucht, Bulimie, Magersucht

Eine Informationsveranstaltung  
der Anonymen Esssüchtigen in  
Genesung

Die Selbsthilfegruppe möchte allen  
Betroffenen, Angehörigen, Interes-  
sierten, Ärzten und Pressevertretern  
einen Einblick in ihre Arbeit geben.  
Esssucht kann sich in extremen For-  
men wie Bulimie, Magersucht,  
Überessen, aber auch in ständigem  
Rumknabbern und der Unzufrieden-  
heit mit dem eigenen Gewicht äu-  
ßern. Wir erzählen, welche Auswir-  
kungen die Krankheit u. a. auch auf  
psychischer Ebene haben kann und  
wie wir einen Weg aus der Krankheit  
gefunden haben.

**237C148010**

Mo, 22.02.2024, 19:30–21:00

Haus der Volkshochschule, Raum 318  
Anonyme Esssüchtige

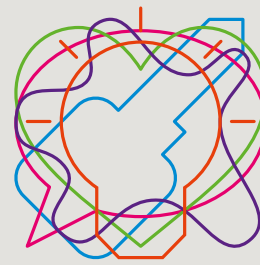
### Das Äußere und das Innere

Die Klassische Griechische Antike,  
zeigt, vergegenwärtigt in der Bilden-  
den Kunst, vornehmlich in Skulptur  
und Plastik mit ihren Bildnissen von  
Idealen körperlicher, äußerer Schön-  
heit, geradezu einen Kultus des  
„schönen“ menschlichen Körpers.  
Aus diesem Kultus heraus erwächst  
in der Philosophie die Frage nach  
Wesen und Grund des Schönen  
überhaupt und des „Eros“, der Sehn-  
sucht nach der Erfahrung des Schö-  
nen. Zugleich kommt es neben der  
geradezu kultischen Verehrung des  
schönen Körpers zur Entdeckung des  
Inneren als des wahren Ortes des  
Schönen.

**237B213001**

Fr, ab 23.02.2024, 15:00–17:00, 2 x

Haus der Volkshochschule, Raum 206  
30,40 € (erm. 27,40 €)  
Prof. Wolfgang Urban



vhsrt

Volkshochschule  
Reutlingen  
Mehr vom Leben

## Essstörungen Herbst | Winter 2023 | 24



## Essstörungen

### In Kooperation mit KVBW

Magersucht, Bulimie, Binge Eating - viele Essstörungen sind landläufig bekannt, aber was verbirgt sich hinter diesen Begriffen? Und wo liegen die Ursachen für ein gestörtes Essverhalten, das zumeist zuerst im Jugendalter auftritt? Die Referentin wird in diesem Vortrag den Begrifflichkeiten auf den Grund gehen und die verschiedenen Krankheiten, ihre Ursachen und Auswirkungen erläutern. Möglichkeiten der Früherkennung, des Umgangs mit den Betroffenen und Behandlungsmöglichkeiten bei den einzelnen Krankheitsbildern werden dargestellt. Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, der Referentin Fragen zu stellen.

**237C111110**

Di, 10.10.2023, 19:00–20:30

Haus der Volkshochschule, Saal  
Dr. Ulrike Reber, Fachärztin für psychosomatische Medizin & Psychotherapie



## Diagnose Diabetes: Und jetzt?

In diesem Kurs werden wir uns über das Thema Diabetes informieren. Wir messen unsere Blutzuckerwerte, wir überlegen gemeinsam, wie die effektiven Ansatzpunkte Ernährung und Bewegung im Alltag umgesetzt werden können und wir erleben ganz praktisch die Verbesserung unserer Lebensqualität.

Haus der Volkshochschule, Raum 106  
22,80 € | Karin Wetzl

**237C160000**

Di, ab 17.10.2023, 18:00–19:30, 2x

**241C160000**

Di, ab 30.01.2024, 18:00–19:30, 2x

## Hungern für den Sport

### Die Geschichte der 3-maligen Olympiateilnehmerin und Spitzsportlerin Kim Bui

Im März 2023 veröffentlichte Kim Bui zusammen mit Andreas Matlé das Buch „45 Sekunden“. Sie schildert ihren Weg zum Turnen und zum Leistungssport ab dem zehnten Lebensjahr: Turnen als schönste Sportart der Welt, aber auch Entbehrungen, Schmerzen und Essstörungen sind ein Teil davon. Die zweifache Europameisterschafts-Medaillengewinnerin und mehrfache Deutsche Meisterin erzählt aus ihren privaten Erfahrungen als Leistungssportlerin, die aber auch im normalen Alltag relevant sind. Dabei geht es auch darum, Anzeichen einer Essstörung zu erkennen und Hilfe zu suchen.

**237A211000**

Do, 23.11.2023, 19:00

Haus der Volkshochschule, Saal  
8,00 € (erm. 5,00 €) | Kim Bui



## Kann Social Media Essstörungen verursachen?

### Instarexie & Co.

Die sozialen Medien sind voll von scheinbar perfekten Körpern, Abnehmtipps und sportlich aktiven Influencerinnen. Was macht das mit der Psyche der Konsumierenden?

Können durch Social Media Essstörungen wie Magersucht oder Bulimie entstehen? Solchen und ähnlichen Fragen wird in diesem Vortrag nachgegangen.

**237C111210** 📶 📶 📶

Do, 07.12.2023, 19:00–20:30

Haus der Volkshochschule, Saal  
8,00 € (ermäßigt 5,00 €)

Kathrin Fuchs

## Kunsttherapie und Essstörungen

Die Kunsttherapeutin Anna Becker (Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen Trier) berichtet von ihren Erfahrungen und öffnet Perspektiven.

**237H990002**

Mo, 22.01.2024, 19:00–20:30,  
Haus der Volkshochschule, Saal  
8,00 € (erm. 5,00 €)

Anna Katharina Becker



## Schönheitsideale im Spiegel der Kunst

### Vom Mittelalter bis zum Ersten Weltkrieg

Mit den Jahrhunderten änderte sich aus unterschiedlichen Gründen immer wieder die Sicht auf den menschlichen Körper, der v. a. in den oberen Gesellschaftsschichten im Sinne des jeweiligen Ideals „getrimmt“ wurde. Dies hat in zahlreichen Kunstwerken seinen Niederschlag gefunden.

**237B270001**

Fr, 26.01.2024, 15:00–18:00

Haus der Volkshochschule, R. 206  
22,80 € (erm. 20,60 €)

Dagmar Waizenegger

## Mit Bus oder Bahn zur vhsrt:

Ihre Teilnehmerkarte gilt als Fahrausweis für das gesamte naldo-Gebiet! Jeweils 90 Minuten vor und nach dem Kurs!



## Diabetes mellitus

### In Kooperation mit KVBW

Der Typ-2-Diabetes ist eine chronische Stoffwechselerkrankung. Kennzeichnend für die Erkrankung ist ein erhöhter Zuckerspiegel im Blut. Unbehandelt kann die Erkrankung akute Stoffwechsellentgleisungen und gesundheitliche Langzeitschäden nach sich ziehen. Sie erfahren die Ursachen und Zusammenhänge.

Durch Änderung der Lebensweise kann der Ausbruch der Krankheit verhindert oder zumindest hinausgezögert werden.

**241C111170**

Mi, 24.01.2024, 19:00–20:30

Haus der Volkshochschule, Saal  
Dr. med. Heike Seibold, Fachärztin für Innere Medizin und Diabetologie



## Anorexie und Breitensport

Beschreibungen aus dem Klinikalltag  
Allgemeine Informationen zu Entstehungsbedingungen und Umgang im Breitensport werden angesprochen. Oft sind die Übergänge vom Energiedefizit zu Essstörungen fließend und schwer zu erkennen. Wie geht eine spezialisierte Klinik wie die Kinder- und Jugendpsychiatrie Tübingen im Alltag mit oft jungen Patientinnen um?

**237A211004**

Di, 30.01.2024, 19:00

Haus der Volkshochschule, Saal  
8,00 € (erm. 5,00 €) | Dr. med. Daniela Hagmann, Dr. med. Christine Kopp