

# sMUTje-Starthilfe für MUTige Jugendliche mit Essstörungen

sMUTje, Starthilfe für MUTige Jugendliche mit Essstörungen ist eine Beratungsstelle, die Menschen mit Essstörungen, sowie deren Angehörigen, Freund\*innen und Partner\*innen zur Seite steht.

In der Beratung und den Gruppenangeboten geben wir Raum zum Reden und für Fragen. Wir nehmen eine erste Einschätzung vor und erarbeiten gemeinsam nächste Schritte.

Fachkräfte und Interessierten vermitteln wir Wissen zum Thema Essstörungen und erarbeiten Handlungssicherheit im Umgang mit Betroffenen.

## Angebote

### **Persönliche Beratung für:**

- Betroffene (Erstberatung für alle, Folgeberatung für Jugendliche und Jungerwachsene bis 21 Jahre, Männer\*)
- Angehörige, Freund\*innen, Partner\*innen
- Fachkräfte

### **Gruppen:**

- Angeleitete Gruppen für Betroffene
- Angeleitete Gruppen für Angehörige
- Selbsthilfe
- Yoga
- Ohr-Akupunktur

### **Außerdem:**

- Schnupperstunden Ernährung
- Präventionsveranstaltungen
- Fall- und Fachberatungen
- Fortbildungen

\*Trans-, Inter- und Queer-Menschen sind willkommen.

Für hörgeschädigte Menschen kann die Beratung nach vorheriger Absprache in DGS, LBG oder Lautsprache stattfinden.

 [Flyer sMUTje \(2,1 MiB\)](#)

Kontakt sMUTje/Therapiehilfe e.V.

**sMUTje/Therapiehilfe e.V.**

Ritterstraße 69  
22089 Hamburg

Telefon: 040-200010-5408

E-Mail: [smutje@therapiehilfe.de](mailto:smutje@therapiehilfe.de)  
[www.smutje-hh.de](http://www.smutje-hh.de)

sMUTje wird von der Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz der Stadt Hamburg gefördert. Wir sind Mitglied im Fachausschuss Essstörungen, in der Hamburgischen Landesstelle für Suchtfragen (HLS) und im Bundesfachverband Essstörungen (BFE).