

Pro-Ana und Pro-Mia

Weiterführende Informationen und Beratungsstellen:

- **Wiener Initiative gegen Essstörungen:** Beschreibung des Krankheitsbildes, Risiko- und Schutzfaktoren, Präventionsangebote, kostenlose und anonyme Beratung: www.essstoerungshotline.at

Essstörungen- Hotline: 0800 20 11 20 (Montag bis Donnerstag, 12-17 Uhr, kostenlos und anonym)

E-Mail-Beratung: hilfe@essstoerungshotline.at

Kontaktliste: [Beratungsstellen in ganz Österreich](#)

- **147 Rat auf Draht:** Notruf für Kinder, Jugendliche und deren Bezugspersonen – rund um die Uhr, anonym, kostenlos. Per Telefon (147 ohne Vorwahl), Online-Beratung oder Chat (jeden Freitag, 18-20 Uhr): www.rataufdraht.at
- **Zentrum für Essstörungen:** Beratung und Information für Frauen mit Ess- und Gewichtsproblemen sowie deren Angehörige: www.essstoerungen.cc

E-Mail-Beratung: zentrum.fuer@essstoerungen.cc

- **Ess-Stoerungen.at:** Informationen zu Formen von Essstörungen, Sammlung von Links und Informationsmaterialien: www.ess-stoerungen.at
- **Netzwerk Essstörungen:** Erstinformation und Beratung für Betroffene und Angehörige in Innsbruck: www.netzwerk-essstoerungen.at
- **Sowhat.at:** Beratungs- und Informationszentrum für Essstörungen in Wien, Mödling und St. Pölten sowie Therapieangebote für Menschen mit Essstörungen: www.sowhat.at
- **Intakt.at:** Therapiezentrum für Menschen mit Essstörungen mit Online-Beratung (jeden Montag, 17:00 – 19:00 Uhr): www.intakt.at
- **Institut Suchtprävention Pro Mente:** Informationen zu Essstörungen sowie zu Risiko- und Schutzfaktoren: www.praevention.at

Download: Handbuch „[x.act Essstörungen](#)“ (pdf, 1.6 MB) für Pädagog/innen