

Veel jongeren vinden het spannend om voor het eerst zo'n groep te gaan doen. Dat is heel normaal. Ook is het niet gek dat je soms misschien nog niet helemaal van je eetstoornis af wilt. Je zult merken in de groep dat er altijd wel iemand herkent wat jij voelt of denkt en dat je niet de enige bent.

### Verwijsinformatie

Voor behandeling bij Mediant en deelname aan 2Beat (bij leeftijd tot 18 jaar) is een verwijsbrief nodig van de huisarts, kinderarts of gemeente .

Als wij deze binnen hebben nodigen wij je uit voor een intakegesprek op basis waarvan wij samen een behandeladvies maken. Heb je het idee dat je een eetstoornis of eetprobleem hebt en heb je vragen?

Stel ze via [jeugd@mediant.nl](mailto:jeugd@mediant.nl)



Tel: 053-4887379  
[balanz@mediant.nl](mailto:balanz@mediant.nl)

BalanZ, Centrum voor Eetstoornissen is onderdeel van Mediant Geestelijke Gezondheidszorg.



Roessingsbleekweg 39  
7522 AH Enschede  
Tel: 053-482 85 00  
[jeugd@mediant.nl](mailto:jeugd@mediant.nl)

BLZ MJG 06.2021

# 2Beat



Deeltijdbehandeling  
voor JONGEREN met  
Anorexia Nervosa en  
Boulimia Nervosa

[www.balanztwente.nl](http://www.balanztwente.nl)

Mediant Jeugd biedt in combinatie met BalanZ, centrum voor eetstoornissen, een meerdaagse deeltijdbehandeling aan voor jongeren met Anorexia Nervosa en Boulimia Nervosa. Deze groepsbehandeling is gericht op het zo veel mogelijk vasthouden van het gezonde leven (naar school gaan) en het versterken van de autonomie. Tegelijkertijd biedt de groepsbehandeling meer begeleiding bij het samen verslaan van de eetstoornis. Betrokkenheid van je ouders en/of verzorgers is noodzakelijk om deel te nemen.

Ben je tussen de 16 en 25 jaar en worstel je met Anorexia Nervosa of Boulimia Nervosa? Woon je bij je ouders/opvoeders en ga je naar school? Dan zou deze deeltijd voor jou geschikt kunnen zijn.

In de deeltijd leer je weer normaal en gezond te eten en te stoppen met compenseren. Daarnaast kijken we samen met jou naar hoe het komt dat die eetstoornis zoveel macht over jou heeft gekregen. Misschien ben je wel onzeker, vind je jezelf lelijk of stel je extreem hoge eisen? Of heb je moeite je grenzen aan te geven, heb je moeite om je emoties te voelen of te uiten? Of wil je alles heel erg perfect doen? Of zijn er andere dingen die je moeilijk vindt?

Het programma omvat de volgende therapieblokken en elementen:

- Vaststellen en bespreken van weekdoelen
- Uitleg over gezonde voeding en gezond gedrag (bespreken eetdagboek)
- Psychotherapie en vaardigheden
- Psychomotore therapie gericht op lichaamsbeleving, zelfbeeld, contact met je lijf maken en gezond bewegen
- Exposure (het gewoon doen) aan voeding en producten
- Gewichtsmoitoring dan wel herstel
- Oudergroep en gezin/systeemgesprekken

In deze blokken maken we gebruik van verschillende therapeutische stromingen zoals cognitieve gedragstherapie, schema therapie, acceptance and commitment therapie en lichaamsgericht werken. Daarnaast vinden wekelijks somatische controles plaats.

## Procedure

De groep bestaat uit maximaal negen jongeren die in verschillende fasen van hun behandeling zijn, instroom is mogelijk zodra er uitstroom plaatsvindt (open groep). Voor je start zal er eerst een intake plaatsvinden om te kijken of de deeltijd passend voor je is en krijg je een gesprek met de regiebehandelaar waarin het behandelplan en je doelen worden gemaakt en besproken. Individuele therapie naast deze deeltijdbehandeling is in principe niet mogelijk. De behandeling duurt zes maanden met een mogelijke verlenging van drie maanden, waarna we samen met je kijken wat er nodig is om terugval te voorkomen of de behandeling voort te zetten.

## Globale opzet:

De groepen vinden plaats op verschillende dagdelen:

<b>Ma-middag</b>	<b>Di-middag/avond</b>	<b>Do-middag</b>
- Inloop	- Inloop & wegen	- Inloop
- Lunch	- Somatisch blok	- Voedingsmanagement
- Weekopening	- Psychomotore therapie (PMT)	- Snack
- Weekdoelen & eetdoelen	- Koken	- Vaardigheidstraining
- Snack	- Warme maaltijd	- Behandelingsevaluatie
- Psychotherapie	- Positieve psychologie/oudergroep	

Na het koken en de warme maaltijd, waar wisselend ouders worden verzocht aan deel te nemen, vindt de oudergroep plaats.

Van ouders wordt verwacht dat zij deelnemen aan de behandeling. Ouders moeten bij toerbeurt eens in de ongeveer 5 weken samen met hun kind koken voor de groep en mee-eten met de groep. Op de donderdag is er bij toerbeurt van 15.15-16.00 uur een gezin/systeemgesprek met systeemtherapeut en een hoofdbehandelaar.