



Die Selbsthilfegruppe  
Psychiatrieerfahrener  
Emmendingen lädt ein

## **ERNÄHRUNG & PSYCHE**

Wie wir über Essen im Kontext  
psychischer Gesundheit sprechen können

Ein Vortrag von Dr. Annabel Müller-Stierlin  
und Stephanie Kuhn

**DIENSTAG, 19.05.26, 17:30 - 19:00 UHR**

Im Haus des Engagements, Rehlingstr. 9, 79100 Freiburg



Zwecks Planung bitten wir um Anmeldung unter [kontakt@rc-suedbaden.org](mailto:kontakt@rc-suedbaden.org).

# ERNÄHRUNG & PSYCHE

---

Ernährung spielt eine wichtige Rolle für unsere körperliche und psychische Gesundheit. Gleichzeitig ist Essen im Alltag wie auch im therapeutischen Kontext oft sensibel besetzt.

In dieser Veranstaltung geht es darum, wie wir über Ernährung im Zusammenhang mit psychischer Gesundheit sprechen können, ohne zu stigmatisieren oder Unbehagen auszulösen.

Dr. Annabel Müller-Stierlin ist u.a. Gründerin des ESSENzPSYCHE-Netzwerk und Leiterin des Referats Ernährung, Stoffwechsel und psychische Gesundheit der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN).

Stephanie Kuhn ist Expertin aus Erfahrung, ausgebildete Chefköchin und absolviert derzeit ein Studium der Ernährungswissenschaften.

Wir freuen uns sehr, dass wir diese beiden hoch kompetenten Referentinnen für eine Präsenz-Veranstaltung in Freiburg gewinnen konnten.

---

Selbsthilfegruppe Psychiatrie-  
erfahrener Emmendingen



Mit freundlicher  
Unterstützung von

