



Spoken Word Theater

Info
für euch

UNTERHALTEN - BILDEN - INSPIRIEREN

THEATERGASTSPIEL : BRECHREIZ

Kreativ-Workshop & Film zur Prävention von Essstörungen mit einem filmischen Theaterstück, Gesprächsräumen, Erfahrungs-Expertinnen und helfenden Anregungen aus Achtsamkeit, Yoga und Kunst

WAS EUCH ERWARTET

Schon gewusst? Jeder fünfte Jugendliche hat Symptome einer Essstörung.

Ende November sind wir, das Theater SWT, mit einem Filmgastspiel und Workshop zur Prävention von Essstörungen, für Toleranz und Akzeptanz von psychischen Erkrankungen in eurer Schule zu Gast. Wir gestalten den Workshop mit einer bunten, helfenden Mischung aus Kunst, Achtsamkeit und Information. Es gibt viel Raum für eine kreative Begegnung mit dem Thema, offenen Austausch und neue Erfahrungen. Nicht nur der Film über Bulimie soll eine Bühne bekommen, auch ihr mit euren Erfahrungen, Fragen, möglichen Ängsten zum Thema seid Teil des Workshops und eingeladen, mitzugestalten.

Das Thema ist uns nicht nur wichtig, weil die Zahlen von psychischen Erkrankungen bei Jugendlichen seit der Corona-Pandemie weiter steigen, sondern auch, weil wir selber (ehemalige) Betroffene sind. Deshalb können und wollen wir, neben der künstlerischen Auseinandersetzung, auch aus der Innensicht der Erkrankung erzählen, um Vorurteile abzubauen, aber vor allem auch um zu zeigen, dass es Auswege aus der Erkrankung gibt und stärkende Faktoren, die helfen können, gar nicht erst in eine Essstörung abzurutschen.

Wir freuen uns auf euch und den Austausch!

Lasst uns gemeinsam dieses wichtige Thema beleuchten, denn: „All bodies are beautiful!“

WER WIR SIND:

Wir, das Theater SWT, suchen nach neuen Kunstformen aus Theater, Performance, Poetry Slam, Musik und mehr, um jungen Menschen mit aktuellen und relevanten Themen zu begegnen und so Spass und Qualität in der kreativen Begegnung mit Kunst, Theater und Zeitgeschehen zu vermitteln. Mit Kunst und Achtsamkeit, Toleranz und kreativer Innovation öffnen wir neue Räume für die Fragen der Zeit.

Marie-Theres Schwinn /

Gründerin des SWT, Schauspielerin & Regisseurin, Forrest Yoga Teacher, Coach für mentale Gesundheit

Marie-Luise Gunst /

Theatermacherin, Musikerin & Mental-Health-Artivistin, Botschafterin der Deutschen Depressionsliga

HILFSANGEBOTE

www.bkk-bauchgefuehl.de

Unter den Rufnummern 0800 1110111 und 0800 1110222 bekommen Erkrankte und Angehörige Soforthilfe.

Die Hotline ist täglich 24 Stunden erreichbar, anonym und kostenlos.

Die Telefonseelsorge bietet auch Mail-, Chat- und Vor-Ort-Beratungen an.

www.sorgentagebuch.de

Hier kannst du einem datenschutzsicheren, anonymen Tagebuch deine Sorgen anvertrauen. Du kannst anklicken, dass auf Wunsch ehrenamtlichen Helfer deine Texte lesen und dir "alls dein Tagebuch" Antworten hinterlassen.