

PRESSEINFORMATION



Sophie Matkovits & Brigitte Lenhard-Backhaus **HUNGER AUF LEBEN**

176 Seiten

Hardcover, 13,5 x 21,5 cm

EUR 23,00, ISBN 978-3-7088-0816-1

Kneipp Verlag

Erscheinungstermin: 15 September 2022

"Ich bin den Weg gegangen und ich habe es geschafft. Heute bin ich eine glückliche, mutige und gesunde Frau!" Sophie Matkovits

Auf ihrer Reise zu sich selbst hat Brigitte sie - viele Therapiestunden lang - vertrauensvoll begleitet.

Essstörungen haben in den letzten Jahren, insbesondere seit Ausbruch der Pandemie, drastisch zugenommen. Ambulanzen und Kliniken verzeichnen starke Zuläufe, fast ein Drittel aller 14-17-jährigen Mädchen zeigt ein auffälliges Essverhalten. Laut einer internationalen Studie ist die Häufigkeit von schweren Essstörungen während der Pandemie um die Hälfte gestiegen.

Sprechen wir endlich darüber!

In ihrem gemeinsamen Buch **Hunger auf Leben** machen **Sophie Matkovits** und ihre Therapeutin **Brigitte Lenhard-Backhaus** allen Menschen, die an Essstörungen leiden, Mut, ihre Krankheit ernst zu nehmen und die notwendige Kraft zur Veränderung zu finden - zurück in ein gesundes, selbstbestimmtes, freies Leben!

RAUS AUS DER ENGE, REIN IN DIE FÜLLE DES LEBENS!

Sophie ist gerade 30 geworden. Sie beschreibt sich als jung, erfolgreich und hungrig aufs Leben. Pippi Langstrumpf war ihr Role-Model – wer will nicht so frech, stark und wild sein wie Pippi? Der Weg zu diesem selbstbestimmten Leben war allerdings ein hartes Stück Arbeit, denn Sophie erkrankte im Alter von 19 Jahren schwer an Magersucht.

Nach einigen Irrwegen traf sie auf ihre Therapeutin Brigitte. Es begann eine lange und anstrengende Reise, auf der sich die wahre Sophie immer deutlicher zeigte. Sie hat es geschafft. Heute ist Sophie eine glückliche Frau.

- Eine erfolgreiche Frau spricht offen und persönlich über ihre Magersucht
- Überlebenshilfe von ihrer Therapeutin auf den Punkt gebracht
- Orientierung und Lebensmut für Betroffene und Angehörige

[Hier geht's zum Buch!](#)



BLICK INS BUCH

"Meine Essstörung kam nicht von heute auf morgen, sie erkämpfte sich schleichend meine Gedanken und Gefühle. Morgens ersetzte ich Joghurts durch Magerjoghurts, Müsli durch Obst. Dazu trank ich Espresso statt Cappuccini, schließlich hat auch Milch unnötige Kalorien. Mittags versuchte ich in der Mensa Salat zu essen und weniger zu naschen, abends wollte ich nicht mehr allzu spät essen, die Süßigkeiten verschwanden aus den Regalen. Gerne kochte ich selbst, um Mengen und Zutaten besser einschätzen zu können. Es dauerte nicht lange, bis die Waage ins Spiel kam (...). Ich kaufte mir rasch eine eigene Waage für meine Wohnung, denn ein Tag ohne Information über mein Gewicht war unvorstellbar."

Aus: Hunger auf Leben, Sophie Matkovits, Brigitte Lenhard-Backhaus, KNEIPP Verlag 2022

SOPHIE MATKOVITS & BRIGITTE LENHARD-BACKHAUS IM GESPRÄCH



ÜBER DIE AUTORINNEN



Sophie Matkovits hat ihre Leidenschaft, das Kommunizieren, zu ihrem Beruf gemacht. Aktuell leitet die Juristin den Bereich Kommunikation und Interessensvertretung von einem international agierenden Unternehmen. In ihrer Freizeit läuft die 30-Jährige gerne durch den Wiener Prater und kocht mit Freund:innen. Sophie Matkovits ist glücklich verheiratet und lebt mit ihrem Mann in Wien.

Foto: Lisa Leutner



Brigitte Lenhard-Backhaus ist Mitbegründerin von »intakt – Therapiezentrum für Menschen mit Essstörungen«. Sie führt Beratungsgespräche und veranstaltet regelmäßig Angehörigenabende für Menschen mit Essstörungen. Brigitte Lenhard-Backhaus ist dankbar, in einer 50-jährigen Beziehung zu leben und glückliche Mutter sowie Großmutter zu sein.

Foto: Lisa Leutner

Rückfragehinweis:

Mag. Pia Buchner

Leitung Presse, PR und Marketing

Verlagsgruppe Styria GmbH & Co KG

Lobkowitzplatz 1, 1010 Wien, Austria

Tel. +43 1 512 88 08-83 | Mobil +43 (0)664 814 46 90

pia.buchner@styriabooks.at |

www.styriabooks.at