

Adipositas bezwingen

Willkommen im

Leben 2.0

*Selbsthilfegruppe Leben 2.0 - end obesity
Essen-Frohnhausen*



End obesity – Beende Übergewicht!

Gemeinsam den Weg ins Leben 2.0 gehen.

Raus aus der Komfortzone in ein neues Leben zu gehen, ist nicht immer leicht. In einer starken Gemeinschaft meistern wir den Weg zusammen!

Jeder ist willkommen:

Betroffene – Freunde – Angehörige – Operierte

Selbsthilfegruppe: Leben 2.0 - end obesity Essen-Frohnhausen

Gemeinsam schaffen wir es

Schön, dass Du den Weg gehen möchtest, dein Leben zu verändern und so deinem Körper etwas Gutes zu tun.

Ob mit oder ohne eine Operation ist vollkommen egal. Wir freuen uns auf Dich!

Wir begleiten dich gerne bei deinem ganz persönlichen Weg: von der Entscheidung zu einer Ernährungsumstellung, den Überlegungen für eine eventuelle Operation, der Suche nach Ärzten, Therapeuten oder anderen Ansprechpartnern über ein evtl. notwendiges MMK (Multimordales Konzept) bis hin zur Flüssigphase nach einer Operation und für alle anderen Schritte dazwischen, die du gehen möchtest.

Ein offenes Ohr, reger Austausch, hilfreiche Tipps, Kontaktdaten, Fortbildungen, Rezepte, gemeinschaftliche Aktivitäten nicht allein auf dem Weg zu sein, ist das Ziel!

Unsere Grundsätze

- Freiwillig: Die Teilnahme an der SHG findet freiwillig statt
- Verschwiegenheit: Gespräche, die in der Gruppe geführt werden, bleiben auch in der Gruppe!
- Offenheit: die Teilnehmenden entscheiden selbst, was sie erzählen möchten
- Umgang: Wir erwarten einen respektvollen Umgang miteinander!



Anmeldung unter:

SHG -Leitung

Silvia Junghans

Facebook : <https://www.facebook.com/share/1BQcqt8uyT/?mibextid=wwXlfr>

E-Mail: shg-essen-frohnhausen-leben2.0@outlook.de

Treffen:

- 2 x im Monat immer freitags von 18:00 – 20:00
- Im Nachbarschaftsraum: Frohnhauser Str. 293, 45144 Essen
- Genaue Daten erfahrt ihr in unser WhatsApp Gruppe, Termine werden dort bekannt gegeben (erhaltet ihr, sobald Ihr Euch bei Fr. Junghans gemeldet habt).