

Aktivpostitas SHG Landsberg am Lech



Gemeinsam sind wir stark



**Telefon: 0155 60 65 58 06
SHG.Landsberg@gmx.de
Emmy-Noether-Straße 1
86899 Landsberg am Lech**



Bist Du auf der Suche nach **Unterstützung** und **Gemeinschaft** im Kampf gegen **Adipositas**?

Unsere **Selbsthilfegruppe** bietet einen **geschützten Raum** zum **Austausch**, **Zuhören** und **Lernen**, um den **eigenen individuellen Weg** zu finden.

Hier kannst Du **offen** und **wertfrei** über Deine **Gedanken**, **Sorgen** sowie **Ängste** sprechen und wirst **immer ernstgenommen**.

In **entspannter Atmosphäre** kannst Du **Gleichgesinnte treffen** und **soziale Kontakte knüpfen**.

Gemeinsam setzen wir uns für ein **gesundes** und **erfülltes Leben** ein.



Lass uns **zusammen** den **ersten Schritt** gehen.

Dein Wohlbefinden ist unser **gemeinsames Ziel**.

Herzlich willkommen sind

- alle Betroffenen von (krankhaftem) Übergewicht
- alle Angehörigen / Vertraute / Partner adipöser Menschen
- bereits Operierte, die Erfahrungen teilen möchten oder weiterhin Unterstützung benötigen



Unsere Treffen

- sind **kostenlos** und **freiwillig**
- finden **monatlich** statt
- beinhalten **Respekt** und **Wertschätzung**
- sollen **Hilfestellung** sein
- werden **vertraulich** behandelt
- sollen Raum bieten, einander **zuzuhören** und / oder **selbst gehört zu werden**

**Alle dürfen aber
niemand muss reden!**

Themenbeispiele

- **Erfahrungsaustausch**
- **Aufklärung** über die **chronische Krankheit Adipositas**
- **Therapiemöglichkeiten** und professionelle **Hilfsangebote** kennenlernen
- Vorträge von **Fachleuten**
- Teilen von neuesten **Informationen** und **Erkenntnissen**
- **Unterstützung** auf **Deinem Weg** zu einer **konservativen oder chirurgischen Therapie** und der **Zeit danach**



Wir freuen uns auf Dich!

**Jeden 2. Dienstag
im Monat ab
19:00 Uhr**



**Unsere Treffen finden im
3C Sportpark
Emmy-Noether-Straße 1
86899 Landsberg am Lech
statt.**

Wir sind eine **offene, herzliche,
erfahrene Runde** und **freuen uns
über neue Gesichter.**



Ansprechpartner

**Simone
Regina
Marcel**

Gemeinsam sind wir stark