

## Willkommen, ....

... sind alle Betroffenen mit einem BMI über 30, bariatrisch Operierte, sowie ihre Familienangehörigen.

Die Treffen sind freiwillig, locker, unverbindlich und kostenlos.

Keiner wird zu irgendetwas gezwungen. Alles, was in der Gruppe besprochen wird, bleibt in der Gruppe.

Anmeldung nicht erforderlich.

**Sie sind nicht alleine!**  
**Gemeinsam wird es leichter!**

**0171 – 23 78 068**  
**mail@shg-amper-lech.de**

## Ansprechpartner

Barbara Echter-König und Team  
Mobil: 0171 – 23 78 068

Telefonzeit: Mittwoch von 18 bis 20 Uhr  
oder sprechen Sie auf die Mailbox,  
wir rufen zurück.

E-Mail: [mail@shg-amper-lech.de](mailto:mail@shg-amper-lech.de)

Internet: [www.SHG-Amper-Lech.de](http://www.SHG-Amper-Lech.de)



## Unterstützt durch



Die Selbsthilfegruppe wird gefördert durch die gesetzlichen Krankenkassen und deren Verbände in Bayern.

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales gefördert.



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



**Adipositas Selbsthilfegruppe**  
**Amper-Lech**

**Übergewicht**  
**Extremes Übergewicht**  
**Morbide Adipositas**

**0171 – 23 78 068**  
**mail@shg-amper-lech.de**

## Was ist Adipositas?

Adipositas ist extremes Übergewicht und von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) als chronische Erkrankung anerkannt.

- Sie haben schon mehrere Diäten gemacht und sind immer noch übergewichtig?
- Nach den Diäten kam der berühmte Jo-Jo-Effekt?
- Sie fühlen sich gesellschaftlich ausgegrenzt?
- Die Beweglichkeit ist bei Ihnen eingeschränkt?
- Sie haben diverse Begleiterkrankungen?

... trifft einer der Punkte bei Ihnen zu?

.... Dann schauen Sie mal vorbei!

## Unser Angebot

- Informationsaustausch über die Krankheit morbid Adipositas und ihre Folgen
- Erfahrungsaustausch über konservative Therapien oder chirurgische Möglichkeiten
- Treffen von Gleichgesinnten
- Gruppengespräche
- gegenseitige Hilfestellung
- Fachvorträge durch Spezialisten z.B. Ärzte, Ernährungsspezialisten, Therapeuten, Achtsamkeit, ...
- Gemeinsame Unternehmungen, Ausflüge und Freizeitaktivitäten
- gemeinsamer Sport
- Stammtisch und jahreszeitliche Feste
- Austausch über soziale Netzwerke

**0171 – 23 78 068**  
**[mail@shg-amper-lech.de](mailto:mail@shg-amper-lech.de)**

## Sie finden uns

Schlossweg 3, 82299 Türkenfeld,  
in den Räumen des Pfarramtes

## Wann

Jeden letzten Dienstag im Monat  
19:00 Uhr bis ca. 21:00 Uhr

Kurzfristige Terminänderungen  
finden Sie auf unserer Homepage,  
auf unserer Facebook-Seite ...

... oder fragen Sie einfach telefonisch  
nach!

## Weitere Informationen

[www.Adipositaszentrum-Muenchen.de](http://www.Adipositaszentrum-Muenchen.de)

[www.Verein-Adipositas-Bavaria.de](http://www.Verein-Adipositas-Bavaria.de)