

## Termine der Selbsthilfegruppe für Alle

Datum:	Unterschrift:
09.01.2020	
13.02.2020	
12.03.2020	
09.04.2020	
14.05.2020	
11.06.2020	entfällt wegen Feiertag
09.07.2020	
August	entfällt wegen Ferien
10.09.2020	
08.10.2020	
12.11.2020	
10.12.2020	

Beginn: 19.00 Uhr bis ca. 21.00 Uhr



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

## Veranstaltungsort

Dr. Lubos Kliniken - Chirurgische Klinik  
München Bogenhausen  
Denninger Straße 44, 81679 München  
Tel. 089-92794-1370  
E-Mail: [chirurgie@chkmb.de](mailto:chirurgie@chkmb.de)



### So erreichen Sie uns:

**U-Bahn:** U4 in Richtung Arabella Park  
Haltestelle: Richard-Strauss-Straße  
Ausgang Denninger Straße, 2 Minuten bis zur Klinik  
**Auto:** Sie fahren über den Mittleren Ring Ost  
und orientieren sich an der Kreuzung  
Richard-Strauss-Straße und Denninger Straße  
an den Hinweisschildern.



**DR. LUBOS  
KLINIKEN**  
Chirurgische Klinik München-Bogenhausen

**CHIRURGISCHE KLINIK**  
München – Bogenhausen  
**ADIPOSITAS ZENTRUM MÜNCHEN**

**2020**



Morbide Adipositas  
Extremes Übergewicht

Treffen der

**Adipositas  
Selbsthilfegruppe (SHG)**

in den Dr. Lubos Kliniken -  
Chirurgische Klinik München -  
Bogenhausen

Moderation:  
Christine und Dieter Joszek

[www.SHG-Bogenhausen.de](http://www.SHG-Bogenhausen.de)





Wir, Christine und Dieter Joszek, haben es uns zum Ziel gemacht, möglichst vielen Betroffenen zu helfen, den richtigen Weg für sich zu finden.

Jahrelange Diätversuche schlugen fehl. Nach unseren Operationen sind wir glücklich. Es war für uns die beste Entscheidung, eine dauerhafte Gewichtsreduktion zu erreichen.

## Gruppenleitung und Kontakt

Christine und Dieter Joszek  
Tel. 0176-39798615

Telefonzeit: Montags 18.00 bis 21.00 Uhr  
Sprecht auf die Mailbox, wir rufen zurück.

E-Mail: [Mail@SHG-Bogenhausen.de](mailto:Mail@SHG-Bogenhausen.de)

## Treffpunkt und Teilnahme

Treffpunkt der Selbsthilfegruppe ist in der Cafeteria im 1. Stock in den Dr. Lubos Kliniken - Chirurgische Klinik München Bogenhausen.

Die Teilnahme ist unverbindlich und kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Familie und Freunde sind gern willkommen.

## Unsere Ziele

- Information über chirurgische Maßnahmen zur Bekämpfung von krankhaftem Übergewicht (Adipositas) wie
  - ⇒ Magenband
  - ⇒ Magenbypass
  - ⇒ Schlauchmagen
  - ⇒ Magenballon
- Information zu konservativen Therapien
- Gruppengespräche
- Erfahrungsaustausch
- Ernährungsberatung
- Beratung durch in der Adipositas Therapie erfahrene Ärzte und Therapeuten
- Austausch via Internet über soziale Netzwerke
- Unterstützung bei der Auswahl von Ärzten und Kliniken zur Therapie und Nachbehandlung
- Gemeinsame Unternehmungen und Veranstaltungen
- Heraus aus der Isolation, hinein in eine aktive Gemeinschaft!

## Sportliche Aktivitäten

Die Daten und aktuellen Informationen zu unseren sportlichen Aktivitäten, wie

- ⇒ **XXL-Zumba**
- ⇒ **KKK-Workout**
- ⇒ **Box-Workout**
- ⇒ **Pilates**



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

## Termine der Selbsthilfegruppe für Operierte

Datum:	Unterschrift:
23.01.2020	
26.03.2020	
28.05.2020	
23.07.2020	
24.09.2020	
26.11.2020	

Beginn: 19.00 Uhr bis ca. 21.00 Uhr

## Termine der Selbsthilfegruppe für Langzeitoperierte (ab 4 Jahre Post-OP)

Datum:	Unterschrift:
27.02.2020	
23.04.2020	
25.06.2020	
August	entfällt wegen Ferien
22.10.2020	

Beginn: 19.00 Uhr bis ca. 21.00 Uhr

## Weitere Informationen

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