

SELBSTHILFE

Unsere **Selbsthilfegruppe** ist ein Zusammenschluss von Betroffenen die sich mit Ihrer Krankheit Adipositas auseinandersetzen wollen.

Unser **Ziel** ist ein reger Informations- und Erfahrungsaustausch untereinander. Des weiteren werden Vorträge zu spezifischen Themen durch externe Fachärzte und Experten angeboten.

Unser **Angebot** richtet sich an alle,

- ° **DIE** noch unsicher sind, ob eine bariatrische OP auch ein Weg für Sie wäre.
- ° **DIE** sich für eine OP interessieren, Hilfe und Unterstützung rund um Arztbesuche und Antragstellung suchen.
- ° **DIE**, die OP schon hinter sich haben und weitere Infos und den Austausch suchen.

ÜBER UNS

WIR, die „Adipositas Ehingen - Selbsthilfe“ sind eine Gruppe, die sich das Ziel setzten, etwas gegen das Übergewicht zu tun und offen, objektiv und neutral über die Krankheit Adipositas zu berichten. Zusätzlich bieten wir gemeinsame Unternehmungen wie Stammtisch, sportlich aktive Treffen, wie zum Beispiel Nordic Walking, Waldspaziergänge, Schwimmen, oder Schneeschuh laufen an.

Wir bieten Ihnen eine gemeinsame Informations- und Gesprächsplattform mit/für Menschen, die das gleiche Schicksal haben. Adipositas (krankhaftes Übergewicht). Wir wollen Sie aufklären und informieren über gesundheitliche Gefahren, Folgekrankheiten und alternative Behandlungswege.

ERNÄHRUNG

BEWEGUNG

VERHALTEN

Die Behandlung von Adipositas steht bei uns auf 3 Säulen.

Lebensgewohnheiten zu ändern, Ernährung umzustellen und mehr in Bewegung zu bleiben. Durch das eigene Verhalten ist dies möglich.