

Zeit für Veränderung!

Adipositas-Hilfe München e.V.

Viele Teilnehmer der Selbsthilfegruppe haben gemeinsam einen Verein gegründet, den wir Dir hier vorstellen möchten.

Bei uns findest Du:

- eine wunderbare, herzliche Gemeinschaft, die mit Dir durch ‚dick und dünn‘ geht
- Sport und Bewegung ohne Gesundheitsdiskriminierung, dafür mit viel Spaß und Gaudi
- Veranstaltungen
- Gleichgesinnte
- Unterstützung
- Information
- Hilfe

Bei uns ist immer etwas los!

Schau einfach bei uns vorbei:

<https://www.Adipositas-Hilfe-Muenchen.de>



Anfahrt



Anfahrt, Parken und Treffpunkt

Du erreichst das Personalwohngebäude 3 der Helios Klinik über die Schmidbauerstraße. Folge dort den Schildern zum Klinikparkplatz. Der Eingang des Personalwohngebäudes 3 befindet sich direkt gegenüber der Parkplatzzufahrt in der Schmidbauerstr. 26.

Wir treffen uns im 4. Stock, der Lift fährt bis zur 3. Etage.

Bitte stelle Dein Auto, Motorrad oder Fahrrad auf den dafür vorgesehenen Flächen ab.

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Aus der Münchner Innenstadt erreichst Du die nahe gelegene Bushaltestelle am Pfanzeltplatz mit der U5 Richtung Neuperlach Süd (Alternative: U2 bis Karl-Preis-Platz). Von dort aus bringen Dich die Buslinien 55 oder 139 bis zum Pfanzeltplatz. Die Klinik ist vom Pfanzeltplatz etwa 200 Meter zu Fuß entfernt. Der Weg am Hachinger Bach entlang ist ausgeschildert. Am Haupteingang der Klinik vorbei gelangst Du zum Parkplatz.

Zeit für Veränderung!

Adipositas Selbsthilfegruppe Altperlach

Starkes Übergewicht? Adipositas (BMI > 30)?

Treffen der

Adipositas Selbsthilfegruppe München Altperlach (SHG)

meist an jedem 1. Montag im Monat
(**genaue Termine siehe Homepage**)
von 19 bis ca. 21 Uhr, **wenn möglich**
im **Personalwohngebäude 3** der



Klinik München Perlach

4. Stock,
sonst **Online (siehe Homepage)**

Du erreichst uns unter:

Tel: +49 176 58 90 47 92

Bitte besprich die Mailbox
oder

E-Mail: Info@SHG-Altperlach.de

Internet: www.SHG-Altperlach.de

Wir freuen uns auf Dich!
Sabine Hacker & Team



Unsere Angebote

Falls unsere Selbsthilfetreffen nicht real in den SHG Räumen stattfinden können, so werden wir diese (wieder) online über die Plattform „Zoom“ anbieten. Bitte informiere Dich diesbezüglich auf unserer Homepage!

Zusätzlich zu unserer realen SHG für alle bieten wir eine gesonderte **Online Selbsthilfegruppe für bariatrisch Operierte außerhalb des sogenannten „Honeymoons“** an (ab ca. 1-1,5 Jahre nach der OP). Diese findet ausschließlich online über die Plattform „Zoom“ statt.

Bei Interesse an der Erst-Teilnahme an einer unserer Treffen wende Dich bitte per E-Mail oder Telefon an uns für ein vorab Kennenlernen:

Tel: +49 176 58 90 47 92

oder

E-Mail: Info@SHG-Altperlach.de

Internet: www.SHG-Altperlach.de

Unsere Ziele

...sind, **Gleichgesinnte** und **Betroffene** zusammenzuführen, um gemeinsam Wege in die **Veränderung**, weg vom Übergewicht, als **„Hilfe zur Selbsthilfe“** zu finden.

Wir bieten **Informationen** über **Therapie-** und **Operationsmethoden**, unterstützen bei der **Arzt- und Klinikwahl**, etc. Du kannst bei uns das **Schwarmwissen** derer nutzen, die ihren Weg bereits gefunden und beschritten haben. Ein **Austausch** ohne große Vorabklärungen ist bei uns möglich, da wir alle **Betroffene** sind.

Jeder wird auf seinem eigenen, von ihm gewählten Weg, unterstützt.

Treffpunkt und Teilnahme

Wenn „real“ möglich, ist der Treffpunkt der Selbsthilfegruppe im **4. Stock des Personalwohngebäudes 3** der



Klinik München Perlach

Schmidbauerstraße 26, in 81737 München. Die Teilnahme ist unverbindlich und kostenlos. Ein vorab Kennlern-Telefonat ist erwünscht. Familie und Freunde als Begleitung sind herzlich willkommen.

Weitere Informationen

zur Adipositas Selbsthilfegruppe München Altperlach, Terminänderungen und/oder etwaige Terminänderungen sowie Ankündigungen und Informationen über unsere weiteren Aktivitäten w.z.B. Fachvorträge, diverse Veranstaltungen, Stammtische, Ausflüge, Partys, etc. etc. findest Du jeweils aktuell auf unserer Homepage:

www.SHG-Altperlach.de



Die Selbsthilfegruppe wird ausschließlich gefördert durch die gesetzlichen Krankenkassen und deren Verbände in Bayern, sowie aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales.



Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales

Teilnahmebestätigung Treffen der Adipositas SHG München Altperlach

Treffen am	Bestätigung

Bitte jede Teilnahme durch Unterschrift der SHG-Leitung bestätigen lassen. Gilt als Teilnahmebestätigung zur Vorlage bei der Krankenkasse und/oder der Klinik.