



SW – Selbstwert Wiederfinden

Selbsthilfegruppe für Menschen
mit Anorexie und Essstörungen

Du bist nicht allein.

Der Umgang mit einer Essstörung kann sich oft schwer, einsam und überwältigend anfühlen. Gedanken rund um Essen, Körper und Kontrolle bestimmen den Alltag.

Doch Veränderung ist möglich – Schritt für Schritt.

Unsere Selbsthilfegruppe bietet dir einen geschützten Raum, in dem du verstanden wirst.

66

Ich bin mehr
als meine Essstörung.
Ich bin es wert zu leben,
zu essen und gesund
zu werden.



Verstehen. Stärken. Gemeinsam.

Wir glauben daran, dass jeder Mensch mehr ist als seine Krankheit.

**Du bist wertvoll.
Du bist wichtig.
Du bist nicht allein.**



Was dich bei uns erwartet

- ♥ Austausch mit Menschen, die dich wirklich verstehen
- ♥ Offene Gespräche ohne Bewertung oder Druck
- ♥ Ein sicherer, vertraulicher Raum
- ♥ Unterstützung auf deinem persönlichen Weg
- ♥ Hoffnung, Mut und neue Perspektiven



Für wen ist die Gruppe?

Für Jugendliche und Erwachsene mit:

- ♥ Anorexia nervosa (Magersucht)
- ♥ anderen Essstörungen
- ♥ stark belastetem Körperbild
- ♥ dem Wunsch nach Austausch und Unterstützung



Warum eine Selbsthilfegruppe?

- ♥ Weil es hilft, nicht alleine zu sein.
- ♥ Weil Verständn's oft der erste Schritt zur Heilung ist.
- ♥ Weil echte Verbindung Kraft geben kann.



Wichtig zu wissen

Diese Gruppe ersetzt keine Therapie, kann diese aber sinnvoll begleiten.

Infos & Kontakt

- 📍 Ort: *Wird bei Annull*
- 🕒 Zeit: *bekannt gegeben*
- ☎ Telefon: 0177 4890055
- ✉ E-Mail: info.traudich@web.de
- 👤 Ansprechpartner: S.Wasmuth

Jede kleine
Veränderung
ist ein großer
Schritt in die
richtige
Richtung.



SW – Selbstwert Wiederfinden
GEMEINSAM STARK. GEMEINSAM AUF DEM WEG. ♥

