Binge-Eating und Bulimie
Austauschtreffen
für Betroffene

Mo, 25. März 2024

von 18 - 19:30 Uhr

bei

Kiss Weißenburg-Gunzenhausen

Westliche Ringstr. 2, 91781 Weißenburg

"Ab morgen esse ich einfach weniger, bewusster und bewege mich mehr!" - Wahrscheinlich kennst du diesen Vorsatz und bei vielen Menschen purzeln auch die Kilos durch Kalorien zählen, Lowcarb und Sport. Aber bei dir klappt das nicht und du merkst, dass das Essen je nach emotionaler Befindlichkeit oft als Ausgleich und Regulator dient. Zack befindest du dich unbewusst in einem Ausnahmezustand, der sich bis zur (Fr)Essattacke steigern kann.

Emotionales Essen hat tiefere Wurzeln und kann sich tatsächlich als Essstörung (Binge-Eating oder Bulimie) zeigen. Du bist nicht alleine damit und nein, es liegt auch nicht am fehlendem Durchhaltevermögen... Wir wollen uns gegenseitig ermutigen und unterstützen. Sei mutig und melde Dich zu unserer offenen Runde!

Bei Interesse an einer Teilnahme bitten wir um Kontaktaufnahme über Kiss Weißenburg•Gunzenhausen (Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen) unter **Tel. 09141 / 97 62 172 oder weissenburg@kiss-mfr.de**