

# ADIPOSITAS SELBSTHILFEGRUPPE OBERLAND

## Was Sie erwartet

- Gruppengespräche
- Gemeinsame Unternehmungen, Kochen, Sport und Veranstaltungen, Brot backen
- Austausch via Internet, Facebook und eigene Whatsapp - Gruppe für Mitglieder
- Austausch mit der Klinik
- Ernährungstipps
- Informationen über die verschiedenen Operations-Methoden wie:
  - Magenband
  - Schlauchmagen
  - Magenbypass
  - Magenballon
- Gegenseitige Motivation
- Erfahrungsaustausch
  - bei der Auswahl von Ärzten und Kliniken zur Therapie und Nachbehandlung
  - bei der Antragsstellung an die Krankenkassen
  - Hilfe bei gewichtsspezifischer Diskriminierung

- Die Teilnahme ist kostenlos und unverbindlich!
- Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!
- Familie und Freunde sind ebenfalls Herzlich Willkommen!
- Unsere wichtigste Gruppenregel ist **SCHWEIGEPFLICHT!**
- Die Selbsthilfegruppe wird gefördert durch die gesetzlichen Krankenkassen und deren Verbände in Bayern.

## Infos und Kontakt

Leitung: Erika Huber, 0881/6 21 33  
Barbara Strobl, 0172/8 82 86 45  
E-Mail: shg.oberland@gmail.com  
Webseite: <https://shgoberland.wordpress.com>  
Facebook: shg.oberland  
Twitter: @SHGOberland



## ÜBER

## GEWICHT

## REDEN

## Weilheim/Schongau

# ADIPOSITAS

# SELBSTHILFEGRUPPE

# OBERLAND

## SCHONGAU

### Gruppentreffen:

Wann: Am 2. Mittwoch in den ungeraden Monaten (Januar, März, Mai, Juli, September und November) um 19:30 Uhr

Wo: Krankenhaus Schongau  
Marie-Eberth-Straße 6,  
86956 Schongau

**Termine 2018:** 10. Jan., 14. März,  
9. Mai, 11. Juli, 12. Sept., 14. Nov.

**Termine 2019:** 9. Jan., 13. März,  
8. Mai, 10. Juli, 11. Sept., 13. Nov.

**Termine 2020:** 8. Jan., 11. März,  
13. Mai, 8. Juli, 9. Sept., 11. Nov.

### Stammtisch:

Immer am Freitag in der Woche nach dem Gruppentreffen in Weilheim (nicht im Dezember) ab 19:00 Uhr

### SHG Aktions Samstag

Am letzten Samstag im Monat findet unser SHG Aktions Samstag statt. Wir treffen uns und unternehmen gemeinsam etwas. Zum Beispiel Brot backen, Geocaching, Baden, kleine Wanderungen oder sonstige Unternehmungen nach Absprache

### SHG Leitung:

Erika Huber: 0881/6 21 33

### Gruppenmoderation Schongau:

Carina Baumgartner: 0176/38 95 60 29

### Gruppenmoderation Weilheim:

Barbara Strobl: 0172/8 82 86 45

Da sich im Leben alles ändern kann, bitte auch eine der anderen Telefonnummern ausprobieren!

## WEILHEIM

### Gruppentreffen:

Wann: Am 2. Mittwoch in den geraden Monaten (Februar, April, Juni, August, Oktober und Dezember) um 19:30 Uhr

Wo: Krankenhaus Weilheim  
Johann-Baur-Straße 4  
82362 Weilheim

**Termine 2018:** 14. Feb., 11. April,  
13. Juni, 8. Aug., 10. Okt., 12. Dez.

**Termine 2019:** 13. Feb., 10. April,  
12. Juni, 14. Aug., 9. Okt., 11. Dez.

**Termine 2020:** 12. Feb., 8. April,  
10. Juni, 12. Aug., 14. Okt., 9. Dez.

### Stammtisch:

Immer am Freitag in der Woche nach dem Gruppentreffen in Schongau (nicht im November) ab 19:00 Uhr