

## und außerdem

beraten wir Angehörige einzeln oder auch in Gruppen und führen Präventionseinheiten durch.

Frauen, die einzeln beraten werden möchten, können sich ebenfalls gern an uns wenden.

Anmeldung und weitere Informationen bei Frauen helfen Frauen Stormarn e.V.

*„Eigenliebe ist der Beginn einer lebenslangen Romanze.“*

Oscar Wilde



Frauen helfen Frauen Stormarn e.V., Bahnhofstraße 12,  
23843 Bad Oldesloe  
Tel.: 04531/86772,  
email: fhf-stormarn@t-online.de



FRAUEN *helfen* FRAUEN  
Stormarn e.V.

Durch **DICK**

und

*über  
dünn*

**zu mir**

Neue

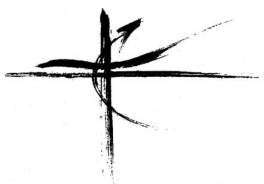
**Selbsterfahrungsgruppe für  
Frauen und Mädchen  
mit Essstörungen**

**Vorbei** an krankmachenden Schönheits- und Schlankheitsidealen, Verletzungen, Grenzüberschreitungen, Zuschreibungen, verinnerlichten, unverdauten Botschaften und nicht hinterfragten Werten,

**durch** Angst, Unsicherheit, Dunkelheit, Höhen und Tiefen und Dickicht,

**mit** Offenheit, Vertrauen, Mut, Lust auf Selbstentdeckung, Unterstützung der Gruppe und (Wieder-) Entdeckung der eigenen Kraftquellen und Selbstheilungskräfte

**zu** meinem Körper, meinen Gefühlen, Wünschen und Träumen, also



**...zu mir**

## Worum geht es?

Eine Frau, die an einer Essstörung leidet, ist nicht mehr im Kontakt – vor allem mit sich selbst und somit auch mit ihrer Mit-Welt.

**Es geht also darum**, in Kontakt zu kommen – mit meinem Körper, meinen Gefühlen, meinen Grenzen, meinen Wünschen, Träumen und Sehnsüchten...

**Es geht um** die (Wieder-) Entdeckung von dem, was ich bin und was mich ausmacht, um die eigene Weiblichkeit, Sinnlichkeit und Sexualität, um das Vertrauen in die eigene Intuition und die Weisheit des Körpers.

**Es geht darum**, dem wahren Hunger auf die Spur zu kommen.

**Es geht um** Selbstannahme und Eigenliebe.

## Deshalb

gibt es bei **Frauen helfen Frauen Stormarn** e.V. in Bad Oldesloe **eine offene und fortlaufende Gruppe**, die sich

**montags von 19.30 – 21.30 Uhr**

in den Räumen von

**Frauen helfen Frauen**

**Bahnhofstrasse 12**

**23843 Bad Oldesloe**

trifft.

Die Gruppe wird von der Gestalttherapeutin Anja Deloch & Beate Heuser (Sozialpädagogin/ Yogalehrerin) geleitet.

Der monatliche Teilnahmebetrag liegt zwischen 20 und 30 €.

Frauen, die Lust haben, sich auf den Weg zu sich selbst zu machen, sind herzlich eingeladen, sich bei Frauen helfen Frauen anzumelden.