

Austausch für Betroffene



ADIPOSITAS

Selbsthilfegruppe Lübecke

Interessengemeinschaft gegen
extremes Übergewicht



Termine 2015

Treffen der Selbsthilfegruppe

Veranstaltungsort:
Krankenhaus in Lübecke,
Virchowstraße 65, 32312 Lübecke
Wir treffen uns im 1. Stock in der
so genannten „verlängerten Cafeteria“

Jeden 3. Dienstag im Monat von 19.00 Uhr - 21.00 Uhr

Kontakt zur Gruppenleiterin Gabi:
SHG-Handy: 0174 76 45 174
E-Mail: adipositas-luebecke@web.de
Homepage: www.adipositas-shg-luebecke.de

Weitere Infos und Möglichkeit zum Austausch
via Internet im Forum www.adipositas24.de



Terminplanung der SHG für 2015

(Änderungen vorbehalten)

Die Teilnahme an allen SHG-Terminen ist kostenlos.

Di, den 20.01.2015: Infoabend zum Thema: „Ernährungs- u. Lebensumstellung bei Adipositas“

- Wenn sich alles nur noch ums Essen dreht:
Konflikte und Lösungsmöglichkeiten in Familie und
Partnerschaft
- Die Bedeutung der Unterstützung des Umfelds für
die dauerhafte Gewichtsabnahme

**Zu diesem Infoabend sind auch die
Familienangehörigen eingeladen!**

Referent: Prof. Dr. Huber, Chefarzt der Klinik am Korso
(Dauer des Vortrags ca. 45 Minuten, anschließend
Austausch-Runde)

Terminplanung der SHG für 2015

Di, den 17.02.2015: Normale Gruppe

Di, den 17.03.2015: Normale Gruppe

**Di, den 21.04.2015: Infoabend zum Thema
"Rückfallprävention nach erfolgreicher Abnahme"**
Referentin: Frau Blech (Diätassistentin u. DKL der AOK)

Di, den 19.05.2015: Normale Gruppe

**Di, den 16.06.2015: Frage- und Antwortrunde
zum Thema "Adipositaschirurgie"**
Referent: Mitarbeiter des Adipositaszentrums

Di, den 21.07.2015: Normale Gruppe

Di, den 18.08.2015: Normale Gruppe

Di, den 15.09.2015: Infoabend zum Thema: "Ernährungsumstellung bei Adipositas"

Referentin: Frau Anke Losse
(Diplom-Oecotrophologin (FH), Diätassistentin,
Adipositas-Trainerin nach KgAS und Fachberaterin
für Essstörungen)
Das genaue Thema wird im Laufe des Jahres noch von
der Gruppe gewählt.

Di, den 20.10.2015: Normale Gruppe

Di, den 17.11.2015: Normale Gruppe

Di, den 15.12.2015: Weihnachtsfeier
mit Weihnachtskeksgelage

Außerdem bieten zwei Teilnehmerinnen der SHG ein-
mal wöchentlich eine **kostenlose Walking-Gruppe** an.
Treffpunkt und Zeit können nachgefragt werden bei
Ute Hanna ☎ (05772) 979130 oder bei Kerstin Hinz
per E-Mail an KerstinHinz1981@web.de

Adipositaszentrum in Lübbecke

Das Krankenhaus Lübbecke engagiert sich gemeinsam mit niedergelassenen Fachärzten der Region bei der Behandlung von Menschen mit Übergewicht entsprechend der Leitlinien der Deutschen Fachgesellschaften. Interdisziplinär arbeiten Diätassistenten, Psychologen, Ergotherapeuten und Chirurgen zusammen, um für die Patienten ein entsprechend vielfältiges Adipositasprogramm zu gewährleisten. Dabei stehen Erfahrungen im Bereich der Adipositaschirurgie sowie die kompetente Beratung, Betreuung und Behandlung von Patienten mit Übergewicht im Mittelpunkt. Dafür bietet die Klinik spezielle chirurgische Maßnahmen an, wie zum Beispiel Magenband, Schlauchmagen oder Magenbypass.

Kontakt zum:



Dr. med. Uwe Werner
Chefarzt der Klinik für Allgemein- u. Viszeralchirurgie
Virchowstr. 65, 32312 Lübbecke
www.adipositaszentrum-ostwestfalen.de

Terminvergabe für die ambulante
Adipositas-Sprechstunde
im Lübbecke Krankenhaus:
☎ **05741 35 - 47 14 14 (Schwester Dagmar)**
Telefon - und Sprechstundenzeiten
Di + Do 7.30 Uhr – 16.00 Uhr
Mi 11.00 Uhr – 14.30 Uhr

Ziele der Selbsthilfegruppe

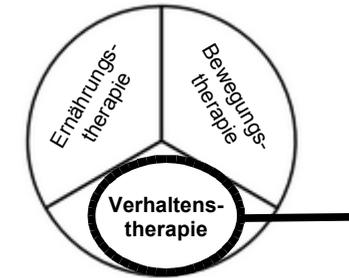
Der Schwerpunkt der Selbsthilfegruppe liegt auf dem **gegenseitigen Erfahrungsaustausch** zum Umgang mit der Erkrankung, z.B. zu den Themen

- Ernährungsberatung
- Bewegungstherapie-Angebote für übergewichtige Menschen
- Psychologische Verhaltenstherapie
- Anträge bei den Krankenkassen
- Informationen über chirurgische Maßnahmen zur Bekämpfung von krankhaftem Übergewicht (morbid Adipositas), wie z. B. Magenballon, Magenband, Magenbypass, Schlauchmagen etc.
- Außerdem laden wir gelegentlich (ca. zwei- bis dreimal pro Jahr) Fachkräfte dazu ein, ihre therapeutischen Maßnahmen gegen das Übergewicht vorzustellen und Fragen zu beantworten.
- Ungefähr zweimal im Jahr gibt es ein Treffen der SHG, bei dem auch Angehörige dabei sein können.
- Zusätzlich vereinbaren wir in unregelmäßigen Abständen weitere Termine, um gemeinschaftlich etwas zu unternehmen, z.B. Kegeln oder Spiele-Abende.

Die Teilnahme an den Treffen der Selbsthilfegruppe ist kostenlos und völlig unabhängig von einer eventuellen Anmeldung zur Adipositas-Gruppentherapie.

Infos Adipositas-Gruppentherapie

Das multimodale Behandlungskonzept zur Adipositas-Therapie



Bei der Erfolgsquote für eine dauerhafte Gewichtsreduktion ist die Auseinandersetzung mit den psychischen Einflüssen auf das Essverhalten mindestens ebenso wichtig wie Ernährungsberatung und Bewegungstherapie.

Leider haben die Psychologen mit einer Zulassung von den gesetzlichen Krankenkassen oft endlose Wartelisten...

Als Alternative und / oder als Ergänzung zur Einzeltherapie planen wir den Start einer Adipositas-Gruppentherapie mit dem Diplom-Psychologen Emmanouil Roussakis (Psychologischer Psychotherapeut für Verhaltenstherapie).

Die neue Adipositas-Gruppentherapie

- ☞ umfasst 10 Sitzungen á 100 Minuten
- ☞ kostet 32 € pro Termin, also insgesamt 320 €
- ☞ trifft sich im 14-tägigen Rhythmus dienstags um 19.00 Uhr im Krankenhaus in Lübbecke
- ☞ kann starten, sobald 8 Anmeldungen vorliegen

Weitere Infos und die Anmelde-Flyer gibt es bei der SHG-Leiterin Gabi (Kontakt Daten siehe Rückseite).