



blickwechsel leben
blickwechsel leben

„Ich bin was ich denke!“

Selbsthilfegruppe „Essstörung“ (8 Einheiten)



Claudia Sheth

Ich möchte Sie einladen. Einladen, mit mir zusammen Themen zu besprechen, die eine große Rolle spielen, um aus der Essstörung herauszukommen. Unsere gemeinsame Zeit soll Sie zu Ihrem Aufmachen zu sich selbst inspirieren. Ich möchte mit Ihnen einen Blickwechsel auf den Weg ohne Essstörung vornehmen, das Leben wieder spüren. Ich freue mich auf Sie.

Themen und Termine - April bis Juli 2024 - Donnerstag 18 – 19 Uhr

18.04. „Mengen und Zeiten“

25.04. „Rechte“

02.05. „Bedürfnisse“

16.05. „Abgrenzung“

23.05. „Leben spüren 1“

06.06. „Leben spüren 2“

20.06. „Werte und Akzeptanz“

04.07. „Honigduche“

Wo?

Begegnungszentrum Kirche Alt St. Ulrich
Ulrichstraße 110, 50226 Frechen-Buschbell

Kosten?

8 € / Std. – 64 € Gesamt für 8 Einheiten

Anmeldung unter selbsthilfegruppe@blickwechsel-leben.de

Kostenfreies Vorgespräch erforderlich

blickwechsel leben
blickwechsel leben

Claudia Sheth

erzaehlung@blickwechsel-leben.de

www.blickwechsel-leben.de

