

# ADIPOSITAS-SELBSTHILFE-GRUPPE DES SPITALS THUN

## Termine 2019

**Adipositas ist eine zunehmende Zivilisationserkrankung, die nicht nur durch «ein bisschen zu viel essen» entsteht. Sie ist eine multifaktorielle Erkrankung, bei der gesellschaftliche Veränderungen, psychosoziale Faktoren, zunehmende Bewegungsarmut und Fehlernährung sowie genetische Ursachen eine grosse Rolle spielen.**

Die oft gehörte Meinung «Man muss halt nur weniger essen!» ist bei krankhaftem Übergewicht leider nicht ausreichend, um das Gewicht zu reduzieren. Hier bedarf es oft eines komplexen interdisziplinären Ansatzes, um die verschiedenen Ursachen der Adipositas zu erkennen und die richtige Therapie zu finden.

Über das komplexe Krankheitsbild «Adipositas» und deren Begleiterkrankungen, sowie Ihre ganz persönlichen Erfahrungen können Sie sich in der Adipositas Selbsthilfegruppe (SHG) austauschen.

Die Treffen der Selbsthilfegruppe finden wie folgt statt:

|                 |                |                   |
|-----------------|----------------|-------------------|
| 3. Januar 2019  | 2. Mai 2019    | 5. September 2019 |
| 7. Februar 2019 | 6. Juni 2019   | 3. Oktober 2019   |
| 7. März 2019    | 4. Juli 2019   | 7. November 2019  |
| 4. April 2019   | 8. August 2019 | 5. Dezember 2019  |

Jeweils von 18.15 bis ca. 19.45 Uhr im Schulungsraum A5 (Haus A im Spital Thun, 5. Stock). Es ist keine Anmeldung erforderlich. Die Teilnahme ist kostenlos.

Ansprechperson und Leiterin der Selbsthilfegruppe ist Frau Simone Rohr. Sie steht Ihnen per E-Mail für Fragen gerne zur Verfügung: [shg.adipositas@gmx.ch](mailto:shg.adipositas@gmx.ch).

Informationen zum Behandlungsangebot im Spital Thun finden Sie auf unserer Webseite.

