



## Angeleitete Selbsthilfegruppe für Frauen mit Binge-Eating-Störung

(Essanfälle ohne gegensteuernde Maßnahmen) ab 18 Jahren

Hier steht der Austausch von Erfahrungen und die gegenseitige Unterstützung durch die Teilnehmerinnen im Mittelpunkt. Zu Beginn jeder Stunde bieten wir Achtsamkeitsübungen an, um die Gefühle und den Körper besser wahrzunehmen.

<b>samstags</b>	13:00 – 15:00 Uhr	14-täglich	Silke Pohany
Beginn:	Februar	6 Termine	30 €
	Oktober	6 Termine	30 €

**Voraussetzung:** persönliches Gespräch oder Teilnahme am Infoabend

■ **Infoabende: 11.12.2018 und 24.09.2019 jeweils 17:30 – 18:30 Uhr, keine Anmeldung notwendig**

Fachberatung für Frauen mit Essstörungen  
Kühnertsgasse 24  
90402 Nürnberg  
0911 – 47 17 11 oder [christine.ertl@essstoerungen-mittelfranken.de](mailto:christine.ertl@essstoerungen-mittelfranken.de)