

Overeaters Anonymous, Selbsthilfegruppe für Menschen mit Essproblemen

Bei Yoga Vidya in Horn-Bad Meinberg hat sich im März 2018 eine Selbsthilfegruppe zum Thema Essstörungen gegründet. Interessierte, die glauben, betroffen zu sein, treffen sich wöchentlich (siehe unten).

Overeaters Anonymous (OA) ist eine Gemeinschaft von Menschen, die vom zwanghaften (Über-/Unter-) Essen und/oder Erbrechen genesen, indem sie ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen und sich gegenseitig unterstützen. Jeder ist herzlich willkommen, der mit seinen zwanghaften Verhaltensweisen gegenüber dem Essen aufhören möchte.

OA ist mit keiner öffentlichen oder privaten Organisation, politischen Bewegung, Ideologie oder Religion verbunden. Hauptziel und -zweck ist die Abstinenz vom zwanghaften Essverhalten und die Botschaft der Genesung denjenigen zu vermitteln, die ihre Sucht noch ausleben. Gemeinsam lernen wir, die Prinzipien von OA und die 12 Schritte der Anonymen Alkoholiker auf unser tägliches Leben anzuwenden. Immer nur für heute enthalten wir uns dem zwanghaften Essen, um in eine glücklichere, gesündere und spirituellere Lebensweise hineinzuwachsen. Denn: „Nichts schmeckt so gut, wie Abstinenz sich anfühlt!“

Treffen:

Zeit: montags um 19.00 -20.30 Uhr, 1 x pro Woche (fortlaufend)

Ort: Yoga Vidya e.V., Haus Shanti, Raum Swadyayah Loka, Yogaweg 1, 32805 Horn-Bad Meinberg (an der Rezeption links vorbei > Gang herunter gehen > vor den Fahrstühlen rechts in den Seitgang Richtung Zahlungsverkehr > letzter Raum); Keine Anmeldung erforderlich; keine Kosten; Einstieg jederzeit möglich

Weitere Informationen: auf www.overeatersanonymous.de oder unter 0176 – 47 33 73 53