

## **KLINIK KILIMANJARO**

### **BED / OVERSPISNINGS GRUPPE 30 UGERS INTENSIVT GRUPPEFORLØB TIL DIG DER ER UDFORDRET AF BED / OVERSPISNING.**



#### **HVAD TILBYDER VI?**

- At skabe viden og forståelse om BED / overspisning.
- At få værktøjer til at håndtere BED/ overspisning.
- At reducere eller stoppe overspisning.  
At lære at drage egenomsorg.

- At skabe viden og forståelse til dine pårørende omkring BED
- At skabe et netværk / fællesskab med andre ligestillede.
- Vi har ikke fokus på vægttab.

Du vælger selv 2 af dine pårørende som inviteres til undervisning sammen med dig, 2 gange i forløbet.

Du får 5 individuelle samtaler, hvoraf den ene er forbeholdt en afsluttende samtale, hvor begge undervisere deltager.

Vi samarbejder med relevante undervisere.

Du inviteres til opfølgning, sammen med de andre deltagere, 1, 3 og 6 måneder efter forløbet er afsluttet.

#### **HVEM KAN DELTAGE?**

Tilbuddet henvender sig til alle der har fået stillet diagnosen BED / overspisning i mild eller moderat grad **ELLER**  
Opfylder kriterierne for BED / overspisning i mild eller moderat