

„**change my way e.V.**“ ist ein Verein, der sich für essgestörte junge Menschen einsetzt und ihnen auf dem Weg aus ihrer Essstörung professionelle Unterstützung anbietet.

Ein Schwerpunkt besteht in der regelmäßigen Arbeit mit Mädchen und jungen Frauen, die an Magersucht (Anorexie) oder Bulimie erkrankt sind.

Wöchentliche (anonyme und kostenlose) Treffen bieten:

- Austausch mit anderen Betroffenen
- Fachliche Unterstützung
- Hilfe bei der Vorbereitung einer ambulanten Psychotherapie oder eines Klinikaufenthaltes
- Raum für Ängste, Sorgen, Wünsche und Ziele

Zusätzlich besteht das Angebot einer Kontaktaufnahme per Telefon oder E-Mail bei Fragen zum Thema Essstörungen, sowie die Möglichkeit eines orientierenden Erstgespräches.

Informationsveranstaltungen für Betroffene, Angehörige und Interessierte werden in größeren zeitlichen Abständen angeboten, z.B. Fachvorträge, Podiumsdiskussionen, Theateraufführungen etc.

Über Spenden zur Erhaltung des Vereins und der Verwirklichung unserer Ziele würden wir uns sehr freuen.

Spendenkonto bei der KSK Syke:  
change my way e.V.

IBAN: DE20 2915 1700 1012 0122 98  
BIC: BRLADE21SYK

### Beitrittserklärung:

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Ich erkläre meinen Beitritt zum Verein „change my way e.V.“ zur Begleitung von jungen Menschen mit Essstörungen.

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Postanschrift:

„change my way e.V.“  
c/o Petra Roess  
Pater-Laurentius-Straße 7A  
49377 Vechta

Amtsgericht Walsrode VR 200562

Sepa-Lastschriftmandat

Gläubiger-Identifikationsnummer:  
DE46ZZZ00000899301

Mandatsreferenz:  
(wird im Begrüßungsschreiben mitgeteilt)

Hiermit ermächtige ich den Verein „change my way e.V.“, Zahlungen von meinem Konto mittels Sepa-Basis-Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Verein „change my way e.V.“ auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vor- und Nachname (Kontoinhaber):

Straße, Haus-Nr.:

PLZ, Ort:

IBAN

Name des Kreditinstitutes:

Ort, Datum, Unterschrift

Ich möchte den Verein „change my way e.V.“ mit einem Jahresbeitrag in Höhe von \_\_\_\_\_ EUR (Mindestbeitrag 15,00 EUR) unterstützen.

- Zählst du Kalorien und isst extra wenig, damit du abnimmst oder nicht zunimmst?
- Kreisen deine Gedanken ständig um Themen wie Abnehmen, Essen und Bewegung?
- Hast du in letzter Zeit viel abgenommen und kannst nicht mehr damit aufhören?
- Wiegst du dich jeden Tag, um zu kontrollieren, wie sich dein Gewicht verändert?
- Hast du Essanfälle, bei denen du einfach nicht aufhören kannst zu essen?
- Übergibst du dich danach mit Absicht oder ergreifst du andere Gegenmaßnahmen, um nicht zuzunehmen?
- Hast du ein schlechtes Gewissen, wenn du bestimmte Nahrungsmittel isst?
- Machst du extra viel Sport, um möglichst viele Kalorien zu verbrennen?
- Haben dich Freunde oder Verwandte angesprochen, weil sie sich wegen deines Essverhaltens Sorgen um dich machen?

E-Mail: [changemyway@web.de](mailto:changemyway@web.de)  
[www.change-my-way.de](http://www.change-my-way.de)

Mit den Betroffenen arbeiten:

**Ingrid Kathmann**

Pädagogin und psychologische  
Beraterin, Tel.: 04243 95263

**Dörte Heyken**

Heilpraktikerin für Psychotherapie,  
Kinesiologin, Tel.: 0151 54885402

Verein zur Begleitung von jungen  
Menschen mit Essstörungen

change my way e.v.

my