



## Die Moppelmöwen

### Eine SelbstHilfeGruppe für Adipositasbetroffene



Hallo, wir sind Christina und Nina und wir leben und kämpfen schon unser ganzes Leben MIT und GEGEN unsere reichlich vorhandenen Pfunde.

Diäten, Magenoperationen, Kuren, „der neueste Trend in Sachen Abnehmen“ .. all das kennen wir.

Wir sind mittlerweile auf einem guten Kurs – denn sind wir doch mal ehrlich – ohne Sport und ohne „richtige“ Ernährung flupscht das nun einmal nich.t.

Gemeinsam mit Euch wollen wir das ganze angehen – nicht nur DEN ERSTEN Schritt sondern AB DEM ERSTEN SCHRITT und weiter...

Wie sind Eure Erfahrungen? Was funktioniert für Euch? Was wißt Ihr noch nicht?

Wo hättet Ihr gern Unterstützung? Fehlt einfach nur der Bewegungspartner?

Dies und vieles mehr gehen wir nun als Moppelmöwen gemeinsam an – und das jeden 2. Montag im Monat immer ab 19 Uhr.

Wo? – In der Dürerstraße 27 in Bremerhaven.

Eine Kurze Anmeldung ( wegen Corona) mit Eurem Vornamen könnt Ihr gern via Whatsapp oder natürlich klassisch telefonisch unter einer der folgenden Nummern vornehmen:

Christina: 0177 – 77 51 732

Nina: 01575 – 19 63 36 7

Unser allererstes Präsenztreffen findet nämlich schon am 09.08.2021, 19 Uhr statt!

Wir freuen uns auf Euch 😊