



THERAPIEHILFE
VERBUND

SMUTJE Yoga

für Jugendliche mit Essstörungen

Komme durch die BEWUSSTE
ATMUNG wieder in deinem
KÖRPER an und lerne, deine
Signale neu wahrzunehmen und
zu respektieren.

In einer kleinen Gruppe mit
Gleichgesinnten kannst du dein
eigenes KÖRPERGEFÜHL
verbessern, STRESSRESISTENZ
sowie RESPEKT und SELBSTLIEBE
üben.

DU BIST HERZLICH EINGELADEN ,
wenn du zwischen 14 und 18 Jahren alt bist
und uns eine medizinische Freigabe deines
Arztes/deiner Ärztin oder Therapeut_in
vorlegst, dass du dieses sanfte Yoga machen
darfst. Melde dich bei uns an, dann erhältst du
von uns den Vordruck dafür.

Die Yoga-Gruppe ist kostenlos.

YOGA-Gruppe für Jugendliche mit Essstörungen

JEDEN DIENSTAG
VON 18:00 – 19:00 UHR

in den Räumen der Therapieförderung gGmbH
Böckmannstr. 4 ◦ 20999 Hamburg

Telefon: 040 – 2000 10 5408

E-Mail: smutje@therapieförderung.de

Internet: www.smutje-hh.de



in Kooperation mit



YOGAHILFT
Partnerin für Soziale Arbeit & Bildung

SMUTJE UNTERSTÜTZEN:

Wir freuen uns über jede Spende!

Förderverein Therapieförderung e.V.,
Hamburger Sparkasse

IBAN: DE56 2005 0550 1235 1225 28

Verwendungszweck: sMUTje



Oder über die Spendenplattform [betterplace.org](https://www.betterplace.org)

sMUTje Starthilfe für MUTige Jugendliche mit Essstörungen

Wir werden gefördert durch die Behörde
für Arbeit, Gesundheit, soziales Familie
und Integration Hamburg

