

# Hilf dabei, Vorurteile abzubauen.

## Mach mit!

Hast Du auch Erfahrungen mit der Krankheit Adipositas gemacht? Eigene oder als Angehöriger? Gibt es jemanden in Deiner Familie oder im Freundeskreis, der krankhaft zu dick ist? Oder möchtest Du von einer Begegnung erzählen, die Dir in irgendeinem Zusammenhang mit übergewichtigen Menschen passiert ist?

Was auch immer es ist, wir freuen uns auf den Austausch mit Dir! Sende Deine Geschichte an **mitmachen@dick-und-du.de**



Bundesarbeitsgemeinschaft  
Selbsthilfe Adipositas (BAG)  
[www.dick-und-du.de](http://www.dick-und-du.de)  
[post@dick-und-du.de](mailto:post@dick-und-du.de)

# Über die BAG

„Dick und DU“ ist eine gemeinschaftliche, innovative Aktion der **Bundesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Adipositas (BAG)**. Der Verband ist ein Zusammenschluss aus den Vereinen

- Adipositaschirurgie Selbsthilfe Deutschland e.V.,
- Adipositas Verband Deutschland e.V.,
- Adipositashilfe Deutschland e.V..

Er versteht sich als Stimme der rund 16 Millionen Menschen in Deutschland, die an Adipositas erkrankt sind.

Mehr Informationen:  
**[www.dick-und-du.de](http://www.dick-und-du.de)**



Herausgeber: Bundesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Adipositas (BAG) | [www.dick-und-du.de](http://www.dick-und-du.de)  
Konzept: Freunde & Ernst, Essen



Mehr Informationen:  
**[www.dick-und-du.de](http://www.dick-und-du.de)**



#gegenstigmatisierung  
#gegenvorurteile  
#gendiskriminierung

# Dick und DU

## Hilf dabei, Vorurteile abzubauen.

Adipositas ist eine Krankheit, von der rund 16 Millionen Deutsche betroffen sind. Viele dieser Menschen leiden unter Diskriminierung und Stigmatisierung – und wünschen sich Verstehen, Verständnis, Hilfe.

# Für mehr Verständnis und Toleranz

Auch wenn Fettleibigkeit offiziell als chronische Krankheit anerkannt wurde – in großen Teilen der Gesellschaft wird sie nach wie vor als Charakterschwäche gesehen. Mit „Dick und DU“ startet die Bundesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Adipositas (BAG) daher eine nachdenklich machende Kampagne zum Thema Adipositas.

Über die Hälfte der Erwachsenen in Deutschlands ist krankhaft zu dick, ähnliche Werte gibt es in allen anderen europäischen und nordamerikanischen Ländern. Betroffene leiden unter schweren Folgeerkrankungen – und unter extremen psychischen Belastungen durch alltägliche Stigmatisierung und Diskriminierung.

„Dick und DU“ basiert auf dem Mut und der Offenheit von Betroffenen. Mit ihren entwaffnend ehrlichen, ganz persönlichen Geschichten und Porträts setzen sie ein deutliches Zeichen: Für mehr Verständnis und Toleranz.



– *Andreas Weigel*

**„Ich höre oft, ich soll mich nicht so anstellen und einfach weniger essen. Das tut dann schon weh.“**

Außer seinem Übergewicht sind es die Knie, die Andreas Weigel zu schaffen machen. Dass er deswegen häufig auch an den Wochenenden arbeitet, erwähnt der Hausmeister an einer Realschule eher nebenbei. „Handwerkliche Tätigkeiten, für die ich mich bücken muss, erledige ich lieber, wenn es niemand sieht.“ Er schäme sich sonst.



– *Laura Mustapha*

**„Was ich mir von der Gesellschaft wünsche? Nur eines: Akzeptanz.“**

Ausgrenzung habe sie jeden Tag erfahren, sagt Laura Mustapha, die im ostdeutschen Görlitz aufwuchs. „Wegen meiner Körperfülle und meiner Hautfarbe.“ Sie sei von anderen beschimpft, bespuckt und geschlagen worden. Einmal habe sie die Polizei um Hilfe gebeten. Vergebens. Danach habe sie gewusst, dass sie sich nur auf sich selbst verlassen durfte.



– *Bettina Schmidt*

**„Wer andere wegen ihres Gewichts anfeindet, macht sich gar nicht klar, was er damit anrichtet.“**

Zwei Schüsse vor den Bug musste Tine Schmidt verarbeiten, einen Herzinfarkt und eine Krebserkrankung. Sie traf eine Entscheidung: „Glücklich und gesund zu sein, mindestens für die nächsten 30 Jahre“, und nahm Kontakt zur Adipositas Selbsthilfe auf. Heute liebt sie Wassersport in jeder Variante und lässt böse Worte an sich abprallen.



– *David Dornbrach*

**„Dick werden ist ein schleichender Prozess, Diäten haben bei mir nichts bewirkt.“**

Als Kind war David Dornbrach kräftig, aber nicht dick, erzogen von der Nachkriegsgeneration, „Da durfte auf dem Teller nichts liegen bleiben.“ Jedes Jahr kamen ein paar Kilos dazu. Bald wird er sich den Magen verkleinern lassen. Auch wenn die Aussicht auf die OP „nicht gerade nett ist“, freut er sich drauf. Denn danach könne er wieder mehr für seine Frau und die drei Kinder da sein.