



# ANONYM

## OG GRATIS BEHANDLING

- til unge med  
spiseforstyrrelser



**YOUR CHOICE**

Vi giver med hjertet

**Anja:** Jeg lærer i Your Choice at jeg kan skabe min egen sandhed og jeg lærer at mit liv er mit liv, jeg bestemmer.

**Marianne:** Jeg føler slet ikke jeg bliver "mindet" om at jeg er "syg", når jeg kommer der hver uge - som jeg var bange for inden det startede. Det var min fordom. Vi griner nemlig enormt meget. Og jeg har mulighed heder nu i min hverdag som jeg ikke havde før. Og jeg er ikke alene. Det var jeg før.

**Manilla:** Alt det som jeg har fået igennem Your Choice, ønsker jeg for alle andre spiseforstyrrede. Your Choice er så meget mere end bare et behandlingstilbud. Alle de mennesker, jeg har mødt igennem Your Choice lægger så meget ånd og sjæl i deres arbejde og det kan mærkes. Jeg er jer dybt taknemmelig. TAK.

**Charlotte:** Jeg blev mødt lige præcis som den person jeg er. Jeg mødte ligesindede, som genkendte alle mine tanker og følelser og terapeuter, som havde siddet præcis samme sted som jeg selv gjorde. De havde mærket det på egen krop! De arbejdede også ud fra et helt andet udgangspunkt end jeg hidtil havde prøvet.

**Marianne:** For mit vedkommende har YC givet mig det, jeg ikke havde forventet. Noget jeg ikke anede jeg skulle komme til at opleve.

**Anja:** For første gang var alt ikke tabt fordi jeg igen faldt i. For første gang var billedet ikke sort og hvidt. For første gang var mine følelser ikke forkerte. For første gang var jeg ikke alene. For første gang blev jeg set. Og for første gang er jeg ikke bange for at blive kasseret.

# YOUR CHOICE

- >> Anonymt og gratis behandling
- >> Ingen registrering eller journalisering
- >> Ingen oversidning
- >> Ingen slankekure



**YOUR CHOICE**  
Vi giver med hjertet

I Your Choice kan man som spiseforstyrret komme anonymt ind fra gaden uden at skulle registreres hos offentlige instanser. Ud over at man her har mulighed for at møde ligesindede kan man også deltage i et behandlingsforløb.

Your Choice er baseret på en drøm om at gøre en forskel for spiseforstyrrede. At skabe et rum hvor der er masser af tillid og kærlighed, og hvor man ved, at man er vigtig.

Samtidig er det også et sted, hvor der er frihed fra oversidning og slankekure. I stedet er der fokus på en alternativ vej, hvor man lærer at tænke anderledes og se sig selv som et menneske fuld af potentiale.

Eksempelvis er tidligere deltagere gennem dette tilbud blevet i stand til at finde ressourcerne i sig selv til at færdiggøre deres uddannelse.

Er du overspiser, sukkerafhængig, anoretiker, bulimiker, ortoretiker, træningsafhængig eller afhængig af noget helt andet, kan Your Choice være noget for dig. Ring på telefon: 28 45 11 53, eller send en mail til [help@ycyf.dk](mailto:help@ycyf.dk) og hør hvordan Your Choice kan hjælpe dig.



# BLIV MEDLEM AF YOUR CHOICE

Meld dig ind i Your Choice for 100 kr. i indmeldelsesgebyr og 50 kr. om måneden for medlemskabet. Alle pengene går ubeskåret til at hjælpe de unge.

## SÅDAN GØR DU:

- Send dit navn, adresse, e-mail og CPR nr til [help@ycyf.dk](mailto:help@ycyf.dk)
- Overfør 150 kr. for indmeldelsesgebyr og første måned, med dit navn på konto 0165 6884566094
- Sæt 50 kr. til fast overførsel hver måned, med dit navn, så længe du ønsker at være medlem

## FORDELENE FOR DIG SOM MEDLEM AF YOUR CHOICE:

- 10% rabat på alle weekend seminarer hos LC-Life Coaching (bor på samme adresse)
- 4 gratis foredrag om året i Your Choice regi

Dit medlemskab stopper, når du stopper betalingen af det månedlige medlemskab.

Konto:  
0165 6884566094

Your Choice er opstået for 2 år siden, hvor vi startede vores første gruppe for unge spiseforstyrrede. De unge mennesker der kommer til os, er unge som både har været i det offentlige behandlingssystem og unge som har forsøgt at få hjælp i det etablerede behandlingssystem.

Her kan Your Choice tilbyde en behandling, 1 gang om ugen, i gruppeterapi.

Målet er at skabe motivation, mod og håb til at komme ud af spiseforstyrrelsen. P.t. er der tilknyttet 3 terapeuter og 3 eksterne undervisere, samt en fundraiser og en assistent/webmaster. De ansatte ildsjæle arbejder p.t. 100 % frivilligt.

## KONTAKT OPLYSNINGER:

### YOUR CHOICE

Haraldsgade 108, kld.  
2100 København Ø

T: 28 45 11 53

E: [help@ycyf.dk](mailto:help@ycyf.dk)

W: [www.ycyf.dk](http://www.ycyf.dk)

*For at deltage i behandlingen er det en forudsætning at du er fyldt 18 år eller at vi har forældrenes eller evt. værges accept for deltagelse.*