



Migräne Selbsthilfegruppe Speyer- Schifferstadt

Sind auch Sie betroffen? Dann helfen Sie
sich selbst in unserer Selbsthilfegruppe

miteinander – füreinander
leben mit Schmerz

In der Selbsthilfegruppe

können sich Betroffene aus der Verzweiflung herausarbeiten, Hilfe, Verständnis und Unterstützung finden und neuen Mut fassen, getragen von dem Wunsch:

- sich selbst und die Krankheit in der Begegnung mit anderen Menschen besser kennen zu lernen
- sich einem Kreis Gleichgesinnter und Gleichbetroffener anzuschließen
- sich neue Perspektiven für die eigenen Probleme anzueignen
- sich einen selbstsicheren Umgang mit Therapeuten und Experten zu erarbeiten, der einem in die Lage versetzt, gemeinsame Aktivitäten zu planen und durchzuführen.

Die Selbsthilfegruppe entwickelt ein Wir-Gefühl, das den Teilnehmern die Gelegenheit bietet, durch mehr und individuelle Information neue Lebensinhalte und Perspektiven zu entwickeln.

Bei uns können Sie:

- Kontakte knüpfen
- Gespräche führen
- Beziehungen pflegen
- Erfahrungen austauschen
- Enttäuschungen vermeiden
- Befürchtungen abbauen
- Problemlösungen entwickeln
- Informationen vermitteln
- Initiativen aktivieren
- Selbstsicherheit gewinnen
- Lebensmut schöpfen

Wir treffen uns:

Jeden 1. Donnerstag im Monat um 19.00 Uhr
in der Praxis für Osteopathie
Katja Magin-Fege, Portheide 39,
67105 Schifferstadt

Kontakt:

Ingeborg Lampert
Klappengasse 90, 67105 Schifferstadt
Tel. 06235/6504
E-Mail: vlampert@gmx.net

Unterstützt werden wir durch die:

MigräneLiga e. V. Deutschland
E-Mail: info@migraeneliga.com
Homepage: www.migraeneliga-deutschland.com