



SELBSTHILFEZÜRICH

CHRONISCHE SCHMERZEN

Sie haben dich seit langer Zeit im Griff, die Schmerzen. Wo auch immer du sie spürst: am Bewegungsapparat, im Bauch, im Kopf oder woanders. Sie kommen immer wieder oder lassen dich gar nicht mehr los. Sie engen deine Lebensqualität ein und zehren an deinen Kräften. Sie bestimmen deinen Alltag.

Vielleicht möchtest du mit anderen Betroffenen darüber sprechen, dich austauschen, oder zuerst einfach nur zuhören und dabei sein. Du bist herzlich willkommen! In einer Gruppe, in der nicht Diagnosen und Behandlungen im Zentrum stehen. In der du dich wohl fühlen kannst. In der wir empathisch und achtsam miteinander umgehen. In der du Verständnis und Unterstützung erfahren sollst.

Fühlst du dich angesprochen und möchtest mehr über die Selbsthilfegruppe erfahren? Dann wende dich an Selbsthilfe Zürich: