



SELBSTHILFE WINTERTHUR
SCHAFFHAUSEN

Selbsthilfegruppe

Rheumatoide Arthritis

Die Erkrankung beeinträchtigt die Lebensqualität und die Leistungsfähigkeit unterschiedlich stark und manchmal in Schüben. Da sie nicht sichtbar ist und mit unterschiedlichen Schmerzen auftritt, ist der Erklärungsbedarf im Umfeld oft gross.

- Wie gehst du mit den Symptomen um?
- Fühlst du dich manchmal alleine und unverstanden?
- Welche Erfahrungen und Behandlungsmöglichkeiten hast du schon erlebt?
- Was hat dir geholfen?
- Wie schaffst du es, dir selber Sorge zu tragen und abzugrenzen gegenüber Erwartungen von Anderen?
- Fehlt dir auch der Austausch mit Menschen, die wissen wovon du redest?

Wenn du dich angesprochen fühlst, dann melde dich doch, um gemeinsam eine Selbsthilfegruppe zu gründen. Wir tauschen uns aus über unsere Erfahrungen und versuchen, uns gegenseitig zu unterstützen.

Die Selbsthilfegruppe wird in der Anfangsphase durch eine Mitarbeiterin des Selbsthilfezentrums begleitet. Anmeldung und weitere Informationen:

Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen

Telefon 052 213 80 60 | www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch