

# Die Selbsthilfegruppe Selbsthilfegruppe Berlin II stellt sich vor

Gruppenbegleiter/in:

Christiane Weiß (ich begleite die Berliner Gruppen 1 und 2 zusammen mit Martina Wegner)

In unserer Gruppe sind folgende Schmerzkrankungen vertreten:

Wir sind eine gemischte Schmerzgruppe mit den unterschiedlichsten Beschwerden

Die Gruppe besteht seit: 2015

Durchschnittliche Teilnehmerzahl: 5

Unsere Treffen finden regelmäßig am 1. Mittwoch im Monat nachmittags und jeden 3. Dienstag im Monat vormittags

im Havelhöhe statt

## Kontaktdaten

Telefon: 0178 672 97 82

E-Mail: chrissi.shg@gmx.de

Internetseite: \_\_\_\_\_

Unser Erstkontakt läuft wie folgt ab: \_\_\_\_\_

Zum Kennenlernen und für Fragen bitte erst telefonisch oder per E-Mail melden.

*(z. B. bitte per E-Mail eine Terminanfrage für das telef. Erstgespräch senden, um evtl. Fragen zu klären und sich schon etwas kennenzulernen.)*

Wir haben neben dem „normalen“ Gruppenleben noch folgende Aktivitäten/Unternehmungen:

Wir laden z.B. Ärzte oder Therapeuten aus der Schmerzstation i. Havelhöhe zur besseren Schmerzbewältigung

z.B. Achtsamkeitstherapie ein. Wir tauschen unsere Erfahrungen, Erlebnisse und auch unser Leid aus.

*(z. B. besuchen wir regelmäßig/sporadisch andere Selbsthilfegruppen, fahren zu Infotagen oder versuchen uns mehr bekannt zu machen, indem wir an Schmerztagen, Schmerzkongressen mit unserem Infostand vertreten sind.)*