

# Die Selbsthilfegruppe SchmerzLOS Berlin I stellt sich vor

Gruppenbegleiter/in: MarTina Wegner und Christiane Weiss

In unserer Gruppe sind folgende Schmerzerkrankungen vertreten: Fibromyalgie,

chronischer Schmerz (postoperativ, somatisch, physisch, psychisch), Neuralgien

Die Gruppe besteht seit: 2015

Durchschnittliche Teilnehmerzahl: 6

Unsere Treffen finden regelmäßig am 1. Mittwoch/monatl. 18:00 Uhr, 3. Dienstag/monatl. 12:00 Uhr

im Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe in 14089 Berlin -Kladow statt

## Kontaktdaten

Telefon: 0176 510 636 30

E-Mail: wegner.schmerzlos.berlin@gmail.com

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

Unser Erstkontakt läuft wie folgt ab: bitte per E-Mail oder SMS eine Terminanfrage senden für ein telefonisches Erstgespräch

\_\_\_\_\_ oder eine ausführlichere Vorstellung per Mail., um darin Fragen zu klären und Infos mitzuteilen sowie einander etwas kennen zu lernen.

*(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:

sporadisch Teilnahme an Vorträgen, Workshops, Infoständen, Besuch von interaktiven Fortbildungen,

Ausflüge (z. B. Parkbesuche, Dampferfahrten mit Achtsamkeitsübungen und natürlich Humor ! )

*(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.)*