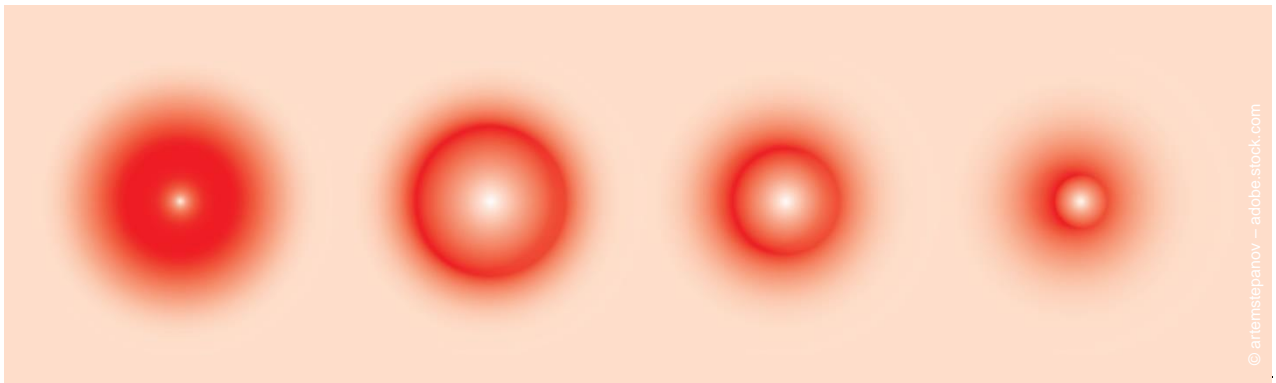




Fibromyalgie

Gründung einer Selbsthilfegruppe für Betroffene in Bern



Menschen mit Fibromyalgie leiden an chronischen, wechselnden Muskel- und Gelenkschmerzen im ganzen Körper. Neben anderen Symptomen können Verdauungsprobleme, Schlafstörungen, Erschöpfung und Konzentrationschwierigkeiten auftreten. Häufig beeinträchtigen die täglichen Schmerzen auch das psychische Wohlbefinden.

Die Selbsthilfegruppe soll den Austausch zwischen Gleichbetroffenen ermöglichen. Es können z. B. folgende Themen aufgegriffen werden:

- Möglichkeiten zum Umgang mit den täglich wechselnden Schmerzen
- Gespräche und mögliche Lösungen, die den Alltag erleichtern
- Strategien, um Ihr soziales Umfeld und/oder Ihre Partnerschaft trotz der Einschränkungen zu pflegen
- Möglichkeiten, die eigene Lebensfreude zu bewahren

Interessiert? Das erste Gründungstreffen findet am **23. November 2023** statt. Melden Sie sich bei Interesse bei Selbsthilfe BE. Sie erhalten hier unverbindlich mehr Informationen zum kostenlosen Angebot und erfahren, was das Mitwirken in einer Selbsthilfegruppe bedeutet.

Selbsthilfe BE ist im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern tätig.

Informationen

Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Bern, Bollwerk 41, 3011 Bern
0848 33 99 00, info@selbsthilfe-be.ch