



**SELBSTHILFE** WINTERTHUR  
SCHAFFHAUSEN

---

# ***Fibromyalgie***

## ***Selbsthilfegruppe für Betroffene und ihre Angehörigen (auch Kinder können betroffen sein)***

Die Selbsthilfegruppe vermittelt das Gefühl, nicht alleine zu sein und gibt Rückhalt. Die Teilnehmenden nehmen ihre gesundheitlichen und sozialen Probleme selbst in die Hand.

Ziele der Selbsthilfegruppe:

- Aus Ängsten und Verzweiflung herausfinden und wieder Mut fassen.
- Unterstützung, Verständnis und Ermutigung bei Menschen finden, die in ähnlichen Lebenssituationen stecken.
- Gegenseitige Informationen über Behandlungsmethoden, die uns geholfen haben.

Selbsthilfegruppen können eine therapeutische und medizinische Behandlung sinnvoll ergänzen.

Die Treffen finden alle zwei Monate nachmittags um 14.30 Uhr im Selbsthilfezentrum Winterthur statt.

Bei Bedarf ist auch ein Abendtreffen möglich. Anmeldung und weitere Informationen: C. Wettstein, Telefon 052 316 28 37, c.wettstein@gmx.ch oder

---

**Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen**

Telefon 052 213 80 60 | [www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch](http://www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch)