



**Zentrum Selbsthilfe**

Finde andere. Finde dich.

Selbsthilfegruppe für Basel und Region

## **Chronische Schmerzen**

Chronische Schmerzen: wie lebe ich damit, wie gehe ich damit um? Kennen Sie die Gefühle zwischen dem Kampf gegen den Schmerz und Selbstmitleid? Fühlen Sie sich manchmal einsam und ausgeschlossen, wenn Sie sich wegen Ihrer Schmerzen nicht so beteiligen können wie Sie gerne möchten?

Wir sind eine Gruppe von betroffenen Menschen. Wir freuen uns über weitere Mitglieder zum Austausch und zur gegenseitigen Unterstützung. Neben Gesprächsrunden unternehmen wir auch gemeinsame Aktivitäten. Möchten Sie aktiv in unserer Selbsthilfegruppe mitmachen, dann sind Sie herzlich willkommen? Rufen Sie im Zentrum Selbsthilfe an oder schicken Sie eine Email für weitere Informationen.

Für eine Teilnahme an der Selbsthilfegruppe ist es erwünscht, dass Sie schweizer-deutsch verstehen und hochdeutsch oder schweizer-deutsch sprechen können.

### **Auskunft**

**Zentrum Selbsthilfe**

**Feldbergstr. 55**

**4057 Basel**

**Tel. 061 689 90 90**

**[mail@zentrumselbsthilfe.ch](mailto:mail@zentrumselbsthilfe.ch)**

**[www.zentrumselbsthilfe.ch](http://www.zentrumselbsthilfe.ch)**