



Bild: stock.adobe.com - Creative Cat Studio

Tourette - Syndrom

Selbsthilfegruppe für Betroffene

Wir verstehen, dass das Leben mit Tourette Herausforderungen mit sich bringt, aber wir glauben an die Stärke der Gemeinschaft und den Austausch von Erfahrungen.

In der Selbsthilfegruppe kannst du deine Sorgen, Ängste und Erfolge teilen, ohne auf Unverständnis zu stossen.

Unser Ziel ist es, einen sicheren und unterstützenden Raum zu schaffen, in dem du dich mit deinem Leiden verstanden fühlst.

Wir wissen, dass unkontrollierbare Ticks, verbale Ausbrüche oder Zwangshandlungen das tägliche Leben enorm beeinflussen können.

In unserer Gruppe sollst du dich austauschen können und im Idealfall wertvolle Tipps und bewährte Strategien von anderen Betroffenen erhalten.

Zusammen können wir neue Techniken entdecken, um Stress zu bewältigen, die Lebensqualität zu verbessern und das Selbstvertrauen zu stärken.