

Online über Schmerzen sprechen

NÜRNBERGER LAND – Mit ständigen Schmerzen zu leben bedeutet oftmals auch eingeschränkte Mobilität. Das heißt immer wieder Verzicht auf soziale Kontakte und Freizeitaktivitäten, bedeutet Rückzug bis hin zu Antriebslosigkeit und depressiven Verstimmungen. Der damit einhergehende „Dauerblick“ auf den Schmerz verstärkt diesen Negativkreislauf.

Die Gruppe bietet Betroffenen die Möglichkeit in Kontakt zu kommen, sich ernstgenommen zu fühlen, sich verständnisvoll austauschen zu können und neue Erfahrungen zu machen (z.B. Lebenssituation/Therapieerfahrungen/Umgang mit dem Schmerz/Gefühlen).

Leichtigkeit, Lachen und Humor haben bei den Treffen einen festen Platz.

Die Treffen der online Selbsthilfegruppe finden vierzehntägig, immer montags um 18 Uhr über die datensichere Plattform Kiss.On statt. Das nächste Treffen ist am Montag, dem 7. Februar. Dabeisein kann jeder mit einem Laptop, dem Smartphone oder einem Computer mit Mikrofon und Kamera.

Informationen und den Zugangslink für interessierte Betroffene gibt es über die Kontakt- und Infostelle für Selbsthilfegruppen Kiss Nbg. Land per E-Mail unter nuernberger-land@kiss-mfr.de oder telefonisch unter 09151/9084494.