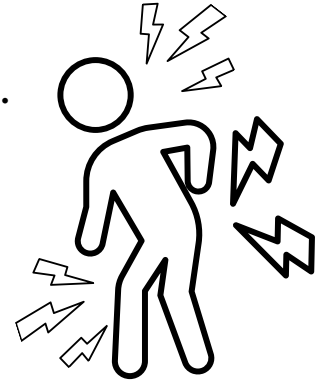


SELBSTHILFEGRUPPE FÜR JUNGE ERWACHSENE (18–35) MIT CHRONISCHEN SCHMERZEN

Chronische Schmerzen können sehr belastend sein.
Manchmal kommen sie unerwartet.
Manchmal fühlen sie sich überwältigend an.
Und nicht jeder Tag ist leicht...



In **Oldenburg** entsteht eine neue Selbsthilfegruppe für junge Menschen, die mit chronischen Schmerzen leben.

Worum geht es?

- Austausch mit Menschen, die wirklich **verstehen**, wie es dir geht
- Offene Gespräche über Alltag, Belastungen und Stimmung
- Raum für Frust, Erschöpfung und Unsicherheit
- Zuhören, Erfahrungen teilen und gemeinsam Wege finden

Für wen?

- Junge Erwachsene im Alter von **18–35 Jahren**
- Menschen mit **chronischen Schmerzen** - unabhängig von Art oder Diagnose

Wo & wie?

- Treffen in **Oldenburg**
- Die Gruppe befindet sich noch im Aufbau
- Termine und Ablauf werden **gemeinsam** festgelegt

Interesse?

Melde dich bei der
BeKoS – Selbsthilfekontaktstelle



BeKoS
Beratung · Koordination · Selbsthilfe

BeKoS Oldenburg · Lindenstraße 12 a · 26123 Oldenburg
Telefon: 0441 - 88 48 48 · Telefax: 0441 - 88 34 44
info@bekos-oldenburg.de · www.bekos-oldenburg.de