

Gründung
einer
Selbsthilfegruppe
Tinnitus
für **Betroffene** und
deren **Angehörige** in
Beelitz



**Nur wer gut informiert ist, lernt mit dem
Tinnitus umzugehen.**

Betroffene stehen vor der Wahl zu lernen, mit dem Leiden umzugehen oder sich resigniert von der Umwelt zurückzuziehen.

Seniortrainer Jürgen Wolf sucht **Gleichgesinnte jeden Alters**, die sich in einer **Selbsthilfegruppe** zusammenfinden, um u.a. gemeinschaftlich

- die Lebenssituation zu verbessern, evtl. Einsamkeit zu überwinden,
- die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu verbessern,
- neue Erkenntnisse zu gewinnen und Erfahrungen auszutauschen,
- bei gemeinsamen Unternehmungen Kontakte aufzubauen
- und zu lernen Probleme besser in den Griff zu bekommen.

Jeder von uns hat andere Erfahrungen und Methoden im Umgang mit dem Leidensdruck und kann sich damit in der Gruppe einbringen, um sich selbst und anderen zu helfen, letztendlich unsere Lebensqualität zu verbessern.

**Zur Kontaktaufnahme und Vorbereitung eines ersten Treffens
bitte ich um eine kurze Mitteilung unter:**
tinnitus-shg.beelitz.wolf@web.de