



**SELBSTHILFEAARGAU**

Selbsthilfegruppen

# Post-Covid-19-Syndrom (Langzeitfolgen von Covid-19/ Long Covid)

**Leidest Du unter den vielfältigen Symptomen einer Post-Covid-19-Erkrankung?**

**Möchtest Du Kontakt mit von ähnlichen Symptomen betroffenen Menschen?**

## **Mögliche Inhalte und Ziele der Gruppe:**

- Bewältigungsstrategien für den Alltag
- Hilfreiche Erfahrungswerte von Mitbetroffenen und Fachpersonen
- Austausch über Belastungen der Langzeitfolgen von Covid-19
- Austausch über geeignete Informationsquellen

## **Treffen**

Ort: Aarau

Zeit: Nachmittags- oder Abendgruppe

## **Weitere Informationen zu den Gruppen:**

Selbsthilfe Aargau

Tel.: 056 203 00 20 oder per E-Mail [info@selbsthilfe-ag.ch](mailto:info@selbsthilfe-ag.ch)