

**SELBSTHILFEZENTRUM**

ZÜRCHER OBERLAND & PFANNENSTIEL

Post Covid und/oder ME/CFS

Selbsthilfegruppe für Betroffene

Das Leben mit der Erkrankung ist ein anderes geworden: Es gibt ein davor und ein danach. Jeder Tag kann zu einer Herausforderung werden.

Leidest du an langanhaltenden Folgen einer (Covid) Infektion? Kennst du Belastungsintoleranz und erlebst PEM? Fehlt dir die Energie, deinen vorher gewohnten Alltag zu bewältigen?

Wir möchten uns mit dir und anderen Betroffenen austauschen. Über das, was uns bekümmert, uns beschäftigt und uns erfreut. Wir möchten voneinander Tipps und Tricks lernen und Erfahrungen weitergeben.

Wir treffen uns alle drei Wochen, donnerstags von 15 bis 16:30 Uhr.

Hast du Interesse? Melde dich. Wir freuen uns, von dir zu hören.

Selbsthilfzentrum Zürcher Oberland & Pfannenstiel

Im Werk 1, 8610 Uster

Telefon 044 941 71 00

info@selbsthilfzentrum-zo.ch

www.selbsthilfzentrum-zo.ch