

**SELBSTHILFEZENTRUM**

ZÜRCHER OBERLAND & PFANNENSTIEL

Clusterkopfschmerz

Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige

Lebst du mit Clusterkopfschmerz und fühlst dich mit deinen Schmerzen, Gefühlen und Erfahrungen allein und unverstanden? Oder bist du eine angehörige Person, erlebst Sorgen und bleibst mit deinen Belastungen im Hintergrund?

In dieser Selbsthilfegruppe treffen sich Betroffene und Angehörige zum offenen, wertschätzenden Austausch. In einem geschützten Rahmen teilen wir Erfahrungen, hören einander zu und unterstützen uns gegenseitig, ohne Bewertung und ohne Rechtfertigung. Ziel ist es, Verständnis zu fördern und den Alltag mit der Erkrankung gemeinsam besser zu bewältigen.

Angesprochen sind Menschen mit diagnostiziertem Clusterkopfschmerz sowie deren Angehörige.

Bei Interesse oder Fragen freuen wir uns über deine Kontaktaufnahme.

Selbsthilfzentrum Zürcher Oberland & Pfannenstiel

Im Werk 1, 8610 Uster

044 941 71 00

info@selbsthilfzentrum-zo.ch

www.selbsthilfzentrum-zo.ch