

Lungensportgruppen:

Wedemark:

jeden Mittwoch
von 15.00 - 16.00 Uhr
im MTV (Mellendorfer Turnverein)
Industriestraße 37
30900 Wedemark-Mellendorf

Kontakt: **Elke Preuß**
Telefon: 05130 / 79 01 41

oder beim
MTV, Telefon: 05130 / 92 86 42
(Gaby Helmis)

Wunstorf:

jeden Donnerstag
11.30 - 12.30 Uhr und
14.45 - 15.45 Uhr
im TUS Wunstorf
Turnhalle, Rudolf-Harbig-Str. 2
31515 Wunstorf

Kontakt: **Astrid Dralle**
Telefon: 0163 / 60 106 97

Ansprechpartner:

Michael Wilken
Telefon: 05130 / 58 385 77

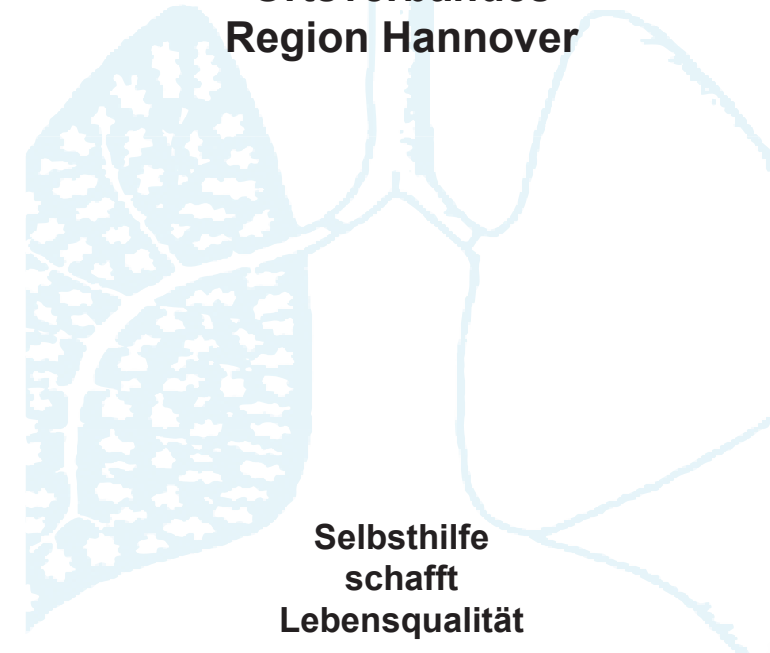
oder

**Deutsche PatientenLiga
Atemwegserkrankungen e.V. - DPLA**
Geschäftsstelle
Adnet-Str. 14, 55276 Oppenheim
Telefon: 06133 / 35 43
Fax: 06133 / 57 383 27
E-Mail: info@pat-liga.de

Weitere Informationen finden Sie auf
unserer Homepage: www.pat-liga.de

**Werden Sie Mitglied der
Deutschen PatientenLiga
Atemwegserkrankungen e.V. - DPLA!**
Der Jahresbeitrag beträgt 25,00 €.
Die „Luftpost“ erhalten Sie dann kostenlos.

**Selbsthilfegruppen
des
Ortsverbandes
Region Hannover**



**Selbsthilfe
schafft
Lebensqualität**

Mit freundlicher Unterstützung



**Unser Ziel ist die Verbesserung
Ihrer Lebensqualität**



Selbsthilfe

... bedeutet, die eigenen Probleme in die Hand zu nehmen, aktiv zu werden und nach individuellen Lösungen zu suchen.

Was ist eine Selbsthilfegruppe?

Eine Selbsthilfegruppe ist ein Zusammenschluss von Menschen, die alle von der gleichen körperlichen Erkrankung oder Behinderung, dem gleichen psychischen oder sozialen Problem betroffen sind - entweder selbst oder als Angehörige/r. Durch die regelmäßigen Treffen tauschen die Teilnehmer/innen Erfahrungen und Wissen aus und wollen ihre persönlichen Lebensumstände verbessern. Alle Mitglieder einer Selbsthilfegruppe sind gleichberechtigt; die Mitarbeit ist freiwillig und kostenfrei.

Selbsthilfegruppen

... ermöglichen Menschen eine besondere Beziehung, die geprägt ist von Verständnis, wechselseitiger Unterstützung und Solidarität.

„Hilfe für Atemwegskranke“

Chronisch obstruktive Atemwegserkrankungen sind Volkskrankheiten. Etwa 10% der Bevölkerung in Deutschland sind betroffen. Wie alle chronischen Erkrankungen lassen sich auch **Asthma, COPD** und alle anderen obstruktiven Atemwegserkrankungen auf drei verschiedenen Ebenen betrachten: der körperlichen, der seelischen und der kognitiven (verstandesmäßigen).

Unser Angebot

erstreckt sich auf alle drei Ebenen:

- Lungensportgruppen
- Treffen der Selbsthilfegruppe
- Informationen über die Erkrankungen und Möglichkeiten der Selbsthilfe

Wir wollen auf die Probleme, die mit **Erkrankungen der Atemwege** verbunden sind - vor allem **aus der Sicht der Betroffenen** - aufmerksam machen und zeigen, dass bei chronischen Atemwegserkrankungen die gezielte Schulung Bestandteil einer guten Therapie ist.

Selbsthilfegruppen in der Region:

Garbsen:

Jeden ersten Dienstag im Monat
von 16:30 bis 18:30 Uhr
im Medizinzentrum Planetenring 29, 30823 Garbsen,
Seminarraum 2.Etage
Kontakt: **Anneliese Amelung**, Telefon: 05137 / 10 483

Hannover:

Jeden ersten Montag im Monat
von 17:00 bis 19:00 Uhr
im **Krankenhaus Siloah-Oststadt-Heidehaus**,
Raum 515, Stadionbrücke 4, 30459 Hannover
Kontakt: **Michael Wilken**, Telefon: 05130 / 58 385 77

Hannover:

Jeden ersten Donnerstag im Monat
von 17:00 bis 19:00 Uhr
in der **Klinik für Pneumologie, Medizinische Hochschule Hannover**, Carl-Neuberg-Str. 1,
30625 Hannover, Seminarraum 32, 3.OG,
im Übergang zwischen Knotenpunkt A und D;
Die Gruppe ist speziell für Patienten mit Bronchiektasen
gedacht.
Kontakt: **Michael Wilken**, Telefon: 05130 / 58 385 77

Neustadt:

Jeden ersten Donnerstag im Monat
von 17:00 bis 19:00 Uhr
in der Praxis Lindenblatt/Laue
An der Liebfrauenkirche 1, 31535 Neustadt;
Kontakt: **Karin Vogel**, Telefon: 05032 / 62 688

Wedemark:

Jeden ersten Dienstag im Monat
von 17:00 bis 19:00 Uhr
Ort: bitte erfragen
Kontakt: **Doris Pitschmann**, Telefon: 05130 / 37 78 15
Michael Wilken, Telefon: 05130 / 58 385 77

Wunstorf:

Jeden zweiten Dienstag im Monat
von 17:00 bis 19:00 Uhr
in der Begegnungsstätte Bürgerpark,
Bäckerstr. 6, 31515 Wunstorf
Kontakt: **Frank-Egbert-Ette**, Telefon: 05031 / 88 96