

Lungensportgruppen:

Wedemark:

jeden Montag von 9:00 - 10:00 Uhr
10:15 - 11:15 Uhr
jeden Mittwoch von 11:00 - 12:00 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 von 10:30 - 11:30 Uhr
11:45 - 12:45 Uhr
14:45 - 15:45 Uhr

im TUS Wunstorf
Turnhalle, Rudolf-Harbig-Str. 2
31515 Wunstorf

Kontakt: **Astrid Dralle**

Telefon: 0163 / 601 06 97

(Mo.-Fr. 9:00-17:00 Uhr)

E-Mail: Astrid.dralle@t-online.de

Ansprechpartner:

Michael Wilken

Telefon: 05130 / 58 385 77

E-Mail: pla-hannover@t-online.de

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

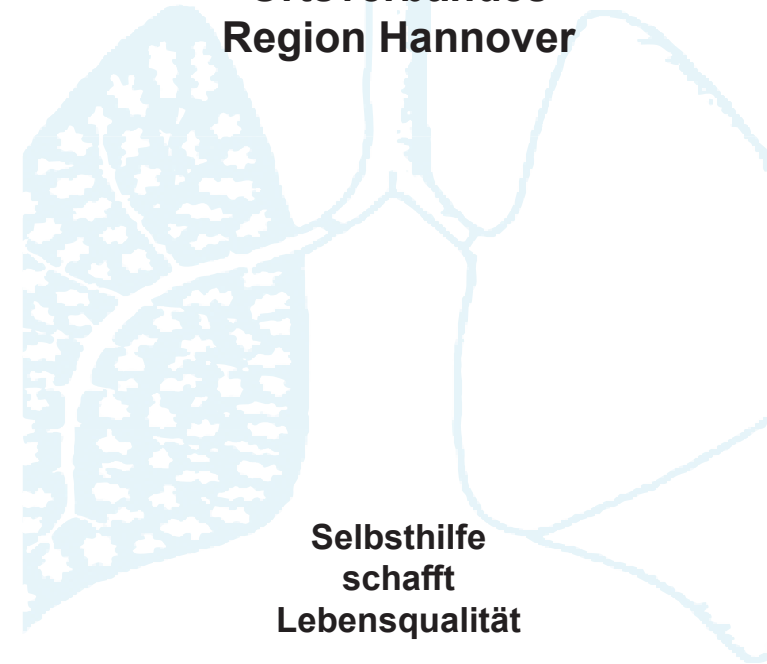
Weitere Informationen finden Sie auf
unserer Homepage: www.pat-liga.de

**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**

**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 Atemwegserkrankte“

Chronische Atemwegserkrankungen sind Volkskrankheiten. Etwa 10% der Bevölkerung in Deutschland sind betroffen.

Wie alle chronischen Erkrankungen lassen sich auch **Asthma, COPD** und alle anderen 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:

Hannover:

Jeden ersten Donnerstag im Monat von 16:30 bis 18:30 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 **Bronchiectasen** gedacht.

Kontakt:

Michael Wilken, Telefon: 05130 / 58 385 77

Wedemark:

Jeden zweiten Dienstag im Monat von 16:00 bis 18:00 Uhr
Ort: Mehrgenerationenhaus Mellendorf, Gilborn 6, 30900 Wedemark-Mellendorf

Kontakt:

Doris Pitschmann, Telefon: 05130 / 37 78 15
Hedda Roehle – Funk Telefon: 05073 / 209716
Neue Interessenten melden sich bitte vorab telefonisch.

Wunstorf:

Jeden zweiten Dienstag im Monat von 17:00 bis 19:00 Uhr im Haus der Vielfalt, Bäckerstr. 6, 31515 Wunstorf

Kontakt:

Frank-Egbert Ette, Telefon: 05031 / 88 96