

Millionen von Menschen in Deutschland sind von chronischen Schmerzen betroffen. Schmerzen im Rücken, Gelenken usw .können das Leben sehr beeinträchtigen.

Zusätzlich zu ärztlicher Behandlung und Therapien kann eine Selbsthilfegruppe für den Umgang mit den Schmerzen sehr hilfreich sein.

Wie gehe ich im Alltag mit meinen chronischen Schmerzen um?  
Welche Schmerztherapien gibt es?  
Welche Schmerzmittel sind sinnvoll?  
Was kann ich selber für mich tun?  
Wie gehen andere damit um?  
Über solche und andere Themen wird in der Selbsthilfegruppe „chronischer Schmerz aller Art“ gesprochen.

In der Selbsthilfegruppe Chronischer Schmerz Nürtingen sollen Strategien entwickelt werden wie man mit Schmerzen besser

- klar kommen
- umgehen
- leben kann

Die Teilnehmer wollen sich

- austauschen
- unterstützen
- informieren

Ansprechpartner der Selbsthilfegruppe sind:

Gertrud Saur  
Jakobstrasse 59  
72622 Nürtingen  
Tel.: 07022/3 38 89

Ingrid Buncic  
Im Fritzele 14  
72622 Reudern  
Tel.: 07022 / 33889

Die Selbsthilfegruppe  
Chronischer Schmerz  
wird unterstützt von der

Deutschen Schmerzliga e. V.  
Geschäftsstelle  
Adenauerallee 18  
661440 Oberursel

Tel.: 0700 – 375375375  
Fax: 070037537538

E-Mail: [info@schmerzliga.de](mailto:info@schmerzliga.de)  
Internet: [www.schmerzliga.de](http://www.schmerzliga.de)

Die SHG- Chronischer Schmerz  
Nürtingen trifft sich

**jeden 2. Donnerstag im Monat**  
in den Räumen des Bürgertreffs  
Nürtingen

Zeit **19:30 Uhr bis 21 Uhr**

Wegbeschreibung mit dem Auto

über die Alleenstrasse in die  
Rathausgarage sowie Parkplätze  
in der Marktstrasse 7

Wegbeschreibung zu Fuß

Richtung Rathaus  
Zwischen Rieger Haus und Rathaus  
Eingang Stadtbücherei / Bürgertreff,  
dann eine Treppe tiefer zum  
Bürgertreff, es ist auch ein Aufzug  
vorhanden.

**Deutsche Schmerzliga e.V.**

**Präsidentin: Dr. Marianne Koch**

**Zuhören – verstehen - helfen**

**Schmerzgruppe  
Nürtingen**

**für Menschen mit  
chronischen Schmerzen**