

Unsere Angebote:

- * Kontaktpflege u. Erfahrungsaustausch
- * regelmäßige Treffen
- * Tagesfahrten, Mehrtagesfahrten
- * Stadtbesichtigungen („München, wie´s kaum einer kennt!“)
- * Ausstellungs- und Museumsbesuche
- * Information durch Referate und Broschüren
- * Besuch von Fachkliniken
- * telefonische Beratung und Hilfe bei Problemen Schlaganfallbetroffener
- * vierzehntägig Bewegung im Wasser, Wassergymnastik und Schwimmen
- * vierzehntägig Gedächtnistraining
- * vierzehntägig Gruppentherapie gegen Depressionen und Ängste
- * monatlich Spielnachmittag und Malen
- * monatlich Betreuertreffen
- * Unterhaltung durch gesellige Veranstaltungen (gemeinsamer Lokalbesuch, Biergarten, Theater und Circus usw.)

Stand: 2014 Gerhard Eberl



mit freundlicher
Unterstützung der

Landeshauptstadt
München
Referat für Gesundheit
und Umwelt

Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen



„Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen gefördert.“

Selbsthilfegruppe Schlaganfallbetroffener in München e.V.

Vorsitzender Gerhard Eberl
Georg-Winkler-Str. 9a, 80995 München
Tel.: 089 / 313 28 29 Di//Fr 18-19 Uhr
SHG-Muenchen@t-online.de
Stellvertr. Vorsitzende Inge Heinen
81369 München, Klobensteiner Str. 17b
Tel.: 089 / 64 33 84 Mo. von 8-9 Uhr
IGheinen@t-online.de
3. Vorstand
Gerti Michalke Tel. 089 / 15 03 85 7
4. Vorstand
Peter Veth Tel. 089 / 61 14 05 1
Beisitzer
Anna Maria Bayerl Tel. 089 / 69 11 99 4
Angi Hofmann Tel. 089 / 61 24 57 4
Annetta Salbenblatt Tel. 089 / 15 05 17 3
Heinz Michalke Tel. 089 / 15 03 85 7
Beirat
Prof. Dr.med. W. Grossmann, Dr. med. M. Paulig

Wir sind dankbar für jede Spende!
Stadtparkasse München BIC: SSKMDEMXXX
IBAN: DE04701500000061152583
„Förderung des Wohlfahrtswesens“
Sie erhalten auf Wunsch gerne eine
Bestätigung zur Vorlage beim Finanzamt



Schlaganfall

Es kann jeden treffen!
Sogar im Mutterleib, 10 Jahre,
20 Jahre, 30 Jahre, 40 Jahre,
50 Jahre, 60 Jahre,
70 Jahre.....

Selbsthilfegruppe
Schlaganfallbetroffener
in München e.V.

„Nicht verzagen
- Mut haben!“
Jahresmotto 2014

Wir über uns:

1993 wurde die „Selbsthilfegruppe Schlaganfallbetroffener in München e.V.“ gegründet. Sie ist mit zurzeit 174 Mitgliedern die weitaus größte und aktivste in Deutschland.

- Der Schlaganfall liegt an zweiter Stelle der Todesfälle hinter Herz- und Krebserkrankungen weltweit und trifft in Deutschland jedes Jahr 200-250 000 Menschen und ist für 60% mit längerfristigen Einschränkungen verbunden.
- 75 % der Schlaganfallbetroffenen ziehen sich ins häusliche Umfeld zurück. Selbstwertgefühl



und Selbstvertrauen sind besonders wichtig für das Leben nach dem Schlaganfall. Werden Sie aktiv! Besuchen Sie eine Selbsthilfegruppe. Wir organisieren Tagesfahrten und Reisen mit Vollklimatisierten Bussen u. besten Service Abfahrt ist stets direkt am Busbahnhof vom U-Bahnhof Scheidplatz. U2 und U3 sowie die Busse und Tram.

Wir wollen:

- den Schlaganfallbetroffenen mit Rat und Tat Hilfestellung geben, ihren „Schicksalsschlag“ vor allem auch psychisch zu bewältigen
- den Schlaganfallbetroffenen zusammen mit ihren Angehörigen wieder Mut machen, so weit wie möglich am öffentlichen Leben teilzunehmen
- den Schlaganfallbetroffenen helfen, aus ihrer Isolation herauszukommen
- Möglichkeiten und Chancen aufzeigen, trotz der Behinderung ein weitgehend normales Leben zu führen und dadurch nicht zuletzt auch
- **die Lebensqualität der Betroffenen erhöhen!**
- Wir Schlaganfallbetroffene kennen unsere Krankheit am besten. Wir müssen uns selbst ermuntern, wieder in ein aktives Leben zurückzufinden mit dem Leitsatz: **„Integration statt Isolation!“** Dazu will unser Selbsthilfegruppe einen wichtigen Beitrag leisten!
- Darum auch das Motto: **„Nicht verzagen – Mut haben!“**
- **Unsere Infoveranstaltungen** sollen nicht nur der Information, sondern auch der Zusammengehörigkeit und dem gegenseitigen Verstehen dienen, Hilfe und Halt bieten in dieser so schwierigen Situation. Auch Spaß!
- Auch der weniger beachtete Teil, die Pflegenden, finden hier Verständnis und Ansprache, was genauso wichtig ist.
- Die Gaudi und das Lachen haben ihren festen Platz bei uns bei allen Veranstaltungen!
- Das diesjährige Motto verdeutlicht es:
 - **“Nicht verzagen – Mut haben!“**
- Bitte das Jahresprogramm beachten!



Treffpunkt:

Jeden ersten Dienstag im Monat ab 12.00 Uhr

Der offizielle Teil von 14 Uhr bis ca. 16 Uhr 30

Beginn der Referate um 15 Uhr

Im „**Alten Wirt**“ in Moosach.

Dachauer Straße 274

Ecke Pelkovenstraße

Der Saal ist ohne Stufen vom Parkplatz und Biergarten erreichbar!

Bestens mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar.

Die Trambahn 20 hält gegenüber vom Lokal.
Die U3, Endhaltestelle Bhf. Moosach. Nur 200 Schritte vom Ausgang Dachauer Straße, Aufzug am S-Bahnhof S1.

Änderungen sind immer möglich:
Jahresübersicht bzw. monatliche Rundbriefe beachten!