

SELBSTHILFEGRUPPE LIPÖDEM SÜDHESSEN AKTUELLE TERMINE 2023 UND 2024

TREFFEN IN HEPPELHEIM - SHG LIPÖDEM SÜDHESSEN

Wir bleiben in Kontakt und sorgen für uns

2023

- 14.07.2023** Das Sanitätshaus Janz stellt sich vor - Kompression und apparatives Kompressionsgerät
- 11.08.2023** Lymph-Tape Sommer Special
- 08.09.2023** Chic in Kompression - was hilft an heißen Tagen?
- 13.10.2023** Infos rund um die Operative Therapie / Erfahrungsberichte zwei verschiedener Methoden
- 10.11.2023** Ernährung und sinnvolle Nahrungsergänzung: Erfahrung & Rezepte
- 08.12.2023** Offenes Treffen, Weihnachtsfeier, Jahresrückblick meine Erfolge!

2024

- 12.01.2024** Neues Jahr, neues Glück!
Selbstmanagement und wann externe Hilfe nötig wird
- 09.02.2024** Infos rund um die Operative Therapie / Erfahrungsberichte zwei verschiedener Methoden
- 08.03.2024** Lymphdrainage und wie ich einen guten Therapeuten erkenne
- 12.04.2024** Reha- und GDB-Antrag: Was ist zu beachten?
- 10.05.2024** Ernährung und sinnvolle Nahrungsergänzung bei Lipödem (Fr. Dr. Schneider-Nutz)
- 14.06.2024** Offenes Treffen Sommer Edition „Ice Ice Baby“

Die Treffen finden immer von 19:30 - 21:00 Uhr statt.



ADRESSEN

Präsenz-Gruppentreffen

Selbsthilfegruppe Heppenheim

Caritasverband Darmstadt e. V.

Caritaszentrum Heppenheim

Bensheimer Weg 16

64646 Heppenheim

Bei allen Treffen wird um Voranmeldung gebeten

Mehr Infos und Anmeldung auf:

www.shg-lipoedem-suedhessen.de

KONTAKTDATEN SHG-LEITUNG

Claudia Effertz

Finkenweg 4

64625 Bensheim-Auerbach

ceffertz@t-online.de

mobil +49 (0)163 7827534

04.02.2024, 17 - 18 Uhr: Lymphyoga, Darmstadt

09.03.2024: Mit- und Mutmach Workshop, Heppenheim

06.04.2024: We like to move it! Lipödem & Bewegung, Darmstadt

01.06.2024: Drachenboot fahren in Stockstadt am Rhein

Auf Anfrage Kurs Aqua Gym im Bewegungsbad der NRD, Mühlthal

**Weitere Details zu diesen Angeboten findet ihr auf
unserer Website!**