



Selbsthilfegruppe **Osteoporose**

Neue Gruppe
Jeden 2. Donnerstag im Monat
von 17.00-18.30 Uhr

Treffen | Information
Unterstützung | Erfahrungsaustausch
Fachwissen | Kontakte | und vieles mehr

Weitere Informationen gibt es bei:

KIBIS Selbsthilfekontaktstelle

Brücke Rendsburg-Eckernförde e.V.

Ahlmannstraße 2a | 24768 Rendsburg

Tel. 04331 13 23-36 | Fax 04331 13 23-70

kibis@bruecke.org | www.kibis-rendsburg.de



Kreis Rendsburg-Eckernförde

Selbsthilfegruppe Osteoporose

**Neue Gruppe
in Rendsburg**

Osteoporose (Knochenschwund) ist eine chronische Erkrankung, die Knochen porös und brüchig macht.

Chronisch krank – diese Nachricht ist oft erstmal ein Schock und Betroffene fühlen sich hilflos und entmutigt. Osteoporose tritt meist im Alter auf. So hat in Deutschland etwa ein Viertel aller Menschen über 50 Jahre eine Osteoporose. Das sind ungefähr 7,8 Millionen Menschen.

In einer Gruppe mit Menschen, denen es ähnlich geht, können die Mitglieder lernen mit der Situation umzugehen und sich gegenseitig unterstützen und stärken.

In der Selbsthilfegruppe können Sie...

- Erfahrungen austauschen
- gemeinsame Bewegungsübungen machen
- sich gegenseitig unterstützen und motivieren
- Spaß haben und Lebensfreude durch gemeinsame Aktivitäten gewinnen

**Jeden 2. Donnerstag im Monat
von 17.00-18.30 Uhr**

**Brücke Begegnungsstätte
Ahlmannstraße 2a | 24768 Rendsburg**

www.kibis-rendsburg.de



Kreis Rendsburg-Eckernförde