

## Aus unseren Selbsthilfe-Gruppen

### SHG Wolfsburg stellte in Hannover eine der „Lernstationen“ Patientenuniversität zum Thema Migräne

Am 20. November hatte die „Patientenuniversität“ an der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) das Thema „Migränebehandlung im Wandel der Zeit“. Christine Wielk von der Selbsthilfegruppe Wolfsburg nahm im Auftrag der MigräneLiga mit einem Stand teil; wegen Krankheit ihrer Kollegin bestritt sie den Abend alleine. Hier ihr Bericht:



Personen den Vorträgen von Dr. Zoltan Medgyessy aus Detmold und Prof. Dr. Matthias Karst von der Schmerzambulanz der MHH. Sie standen anschließend für Fragen zur Verfügung.

Nach den Vorträgen kam die zweite Welle des Besucheransturms. Einige nahmen nur Broschüren

Auf dem Gang vor dem Hörsaal wurden verschiedene „Lernstationen“ aufgebaut. Dazu gehörten unser Stand sowie Präsentationen zu Themen wie Ernährung und Migräne, Akupunkturbehandlung, Naturheilmittel, Rehabilita-

tionsmaßnahmen und Entspannungsübungen. Auch die App der Schmerzlinik Kiel wurde gezeigt. Die Besucher strömten, ich konnte eine Menge Materialien ausgeben und habe viele Gespräche geführt. Im Hörsaal lauschten etwa 220

mit, der Rest war aber ehrlich interessiert. Viele kannten die MigräneLiga schon, einige noch gar nicht. Ich hoffe, dass ich hier meinen Beitrag leisten konnte.

Christine Wielk,  
SHG Wolfsburg

Fotos: oben © Christine Wielk, unten © SHG Fulda

### SHG Fulda besteht seit fünf Jahren Ausflug und Feier zum Jubiläum



Anlässlich des fünfjährigen Jubiläums unserer Selbsthilfegruppe im November besuchten wir am 25. November die historische Begegnungs- und Bildungsstätte Point Alpha in Rasdorf. Sie erinnert an die Konfrontation der beiden Machtblöcke im Kalten Krieg und an die innerdeutsche Grenze in unserer Region Fulda. Wir machten eine zweistündige Führung über das Gelände. Dort sind die zwei Original-Kontrolltürme der gegne-

rischen Staaten USA und DDR sowie der erhaltene Stützpunkt der Amerikaner zu besichtigen. Im Museum sind viele weitere Ausstellungsstücke und Zeitzeugendokumente erhalten.

Wir ließen den Tag mit einer Feierstunde in einem italienischen Restaurant gemütlich ausklingen (siehe Foto). Zwei Mitglieder bereiteten uns mit selbst Gebackeltem und Gebackenem eine Freude und brachten uns mit einem klei-

nen Essay über die Leiden der Migräne zum Schmunzeln. Bei den Treffen unserer Selbsthilfegruppe tauschen wir uns über neueste medizinische, homöopathische und meditative Erfahrungen aus. Die Gruppenmitglieder unterstützen und bauen sich gegenseitig auf. Wir treffen uns jeden ersten Montag im Monat ab 18 Uhr, Interessenten sind herzlich willkommen.

SHG-Leiterin Manuela-Corina  
Hornung, Fulda

### Herzlich willkommen!

Wir begrüßen unsere neuen Selbsthilfegruppen!

- SHG Dormagen, Kontakt: Dunja Hamel, Telefon: 0178-47 17 105, E-Mail: dunja\_hamel@yahoo.de  
Treffen jeden 1. Freitag im Monat um 19.30 Uhr.
- SHG Rheine, Kontakt: Irene Baggemann, E-Mail: migraene\_shg\_rheine@aol.com
- Migräne-SHG Kinder/Jugendliche Köln, Kontakt: Martina Jerusalem-Oberle, jerusalem-oberle@web.de