

“Aktive Selbsthilfe bei Ödemen“

Schulungskurs für Betroffene und ihre Angehörigen

- bei:
 Beinlymph- und Lipödemen,
 Arm- und Kopflymphödemen

**Unterricht in kleiner Gruppe
– Sa. 19. April 2008 in Bremen –**

- 12.00 Uhr – ca. 16.30 Uhr
- Theorie und praktische Übungen
- Mitwirkende:
 Fachlehrerin, Lymph- und Physiotherapeutin, Betroffene

■ Themen:

Aufbau des Lymphsystems des Körpers
Veränderung durch jeweilige Grunderkrankung
Entstehung und Vorbeugung von Lymphödemen
Mögliche Probleme durch Ödeme
fachlich korrekte Behandlung: ambulant / stationär
Bandagierung
Apparative Entstauung
Übungen zur unterstützenden Selbstbehandlung
Kompressionsbestrumpfung
Was kann ich selber tun? - Tipps und Tricks
praktische Entstauungsübungen
Hinweise zu Sportarten
Infos, Adressen

- Kostendeckender Beitrag insgesamt 30,- Euro
- 50 % Ermäßigung für Familienangehörige und Mitglieder des BVL
- Teilnahme von fachlich Interessierten nach Absprache möglich (Kostenbeitrag)
- bei der Anmeldung sind 50% der Teilnahmegebühr zu entrichten !
- **Veranstaltungsort:** Bürgerhaus Gemeinschaftszentrum Obervieland
 Alfred-Faust-Str. 4, 28279 Bremen

Anmeldungen bitte bei Sandra Melloh
Telefon + Fax: 04244-1512 - für die
"Lymphselbsthilfegruppe Bremen und umzu"



Veranstalter:

Bundesverband Lymphselbsthilfe e.V.
gemeinnütziger Patientenverein, Sitz Giessen
Info-Tel. 0641-9715557
www.Bundesverband-Lymphselbsthilfe.de