

## **Selbsthilfegruppe München der Deutschen Fibromyalgie Vereinigung e. V.**

Unsere erste Selbsthilfegruppe München – Gern/Neuhausen/Nymphenburg der Deutschen Fibromyalgie Vereinigung e. V. wurde von Frau Dexl am 30.04.2002 gegründet. Aus Platzgründen wurde im Oktober 2004 die zweite Fibromyalgie Selbsthilfegruppe gegründet.

Die Gruppen werden durch die Gruppenleiterin und deren Stellvertreterin Ilona Rudolph vertreten. Wir arbeiten ehrenamtlich und sind eine gemeinnützige Einrichtung.

Unsere Selbsthilfegruppe ist ein Zusammenschluss von Menschen mit der Erkrankung Fibromyalgie oder vergleichbare Muskelschmerzen, die ein gemeinsames Ziel verfolgen, nämlich zu lernen, mit den eigenen Problemen besser umgehen zu können.

Bei diesem Lernprozess spielen Wissenserwerb, Erfahrungsaustausch über mögliche Krankheitsentstehung, problemlösende Hintergründe, Diagnosen, Behandlungsmöglichkeiten und die gegenseitige emotionale Unterstützung eine wesentliche Rolle.

Unsere Gruppe ist für Menschen geeignet, die mit Ihrer Erkrankung und/oder deren Folgeproblemen nicht alleine bleiben wollen und die Bereitschaft mitbringen, sich auf andere Mitbetroffene einzulassen und aktiv an einer Veränderung ihrer Lebensgestaltung mitzuwirken.

Unsere Selbsthilfegruppe ist auf gegenseitige Hilfe aufgebaut, d. h. Betroffene helfen Betroffenen. Jeden zweiten Dienstag im Monat treffen wir uns zum monatlichen Gesprächskreis.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist die engagierte Öffentlichkeitsarbeit, die unsere Gruppe betreibt. Die Gruppenstundentermine werden in den örtlichen Lokalblättern und dem Münchner Merkur veröffentlicht. Frau Dexl hält Vorträge zum Thema Fibromyalgie, über das Krankheitsbild aus Sicht des Betroffenen und unsere Selbsthilfegruppe u. a. im KH Bogenhausen oder bei der AOK in Freising.

Sehr gerne gehen wir zu Tagen der offenen Tür in Kliniken und Krankenhäusern, so z. B. im KH Neuwittelsbach, im Rotkreuzkrankenhaus und in das Krankenhaus Bogenhausen. Wenn sich die Gelegenheit bietet, gehen wir mit einem Infostand in die Münchner Stadtinformation, organisiert über den Verein zur Förderung bürgerschaftlichen Engagements.

Wir betreiben auch Aufklärungsarbeit bei Ärzten und Therapeuten und stellen unsere Gruppe persönlich vor.

Wir verfügen über umfangreiches Infomaterial zum Thema Fibromyalgie, wie z. B. Ärztelisten, Therapeutenlisten, Selbsthilfegruppenverzeichnis, Rechtsanwälte und Rentenberater, spezielle Kliniken und vieles mehr.

Außerdem ist seit Januar 2005 unsere neue Gruppenbroschüre u. a. mit dem Grußwort unseres Schirmherrn Joachim Unterländer, sozialpolitischer Sprecher der CSU Landtagsfraktion erhältlich.

Unsere Gruppe ist kein Ersatz für medizinische, physiotherapeutische oder psychotherapeutische Behandlung, wir sind nicht geeignet zur Unterstützung für Menschen in akuten Krisen oder mit schwerwiegenden persönlichen Problemen. Jedoch können wir in unserer Selbsthilfegruppe eine ärztliche Behandlung positiv unterstützen.

Ein besonderes Anliegen von uns Gruppenleiterinnen ist es, sich für eine bessere Versorgung von Fibromyalgiekranken einzusetzen, und dass Menschen mit dieser Erkrankung ernst genommen werden und nicht in das soziale Abseits abrutschen. In diesem Zusammenhang danken wir besonders für die Zusammenarbeit unserem Schirmherrn Joachim Unterländer und Herrn Duschek, Geschäftsführer und Beauftragter des Vorstands für Public Relations der Kassenärztlichen Vereinigung Bayern.

Bei Fragen jeder Art wenden Sie sich bitte an Claudia Dexl, Eisebeckstr. 17, 80637 München Tel. (089) 14 90 36 62, Fax (089) 14 90 36 63, e-mail: [claudia.dexl@gmx.de](mailto:claudia.dexl@gmx.de)