

Selbsthilfe Schlafapnoe in Essen e.V.

Warum Selbsthilfe für Sie hilfreich sein kann!



- Sie stehen am Anfang der Diagnose oder Sie haben hier im Schlaflabor ein CPAP-Gerät mit Maske / Zahnschiene verordnet bekommen? Jetzt beginnt das Ungewohnte!
- Wir als Selbsthilfeverein haben dazu schon manches hinter uns, haben Erfahrungen gesammelt und können Ihnen daher mit Tipps und Ratschlägen weiterhelfen.
- Kommen Sie zu unseren **Informationstreffen** mit interessanten Fachvorträgen von Spezialisten und Fachmedizinerinnen (siehe Programmaushang).
- Wir, der Vorstand und Beauftragte, beraten Sie auf Wunsch vor den Info-treffen auch einzeln.
- Natürlich **werben wir für die Mitgliedschaft** in der Selbsthilfe, um mit stärkerem Gewicht unsere Interessen bei den Medizinerinnen, Institutionen, Krankenkassen und der Politik durchsetzen zu können.
- Mitgliedern wird regelmäßig ein **aktueller Rundbrief**, die Zeitschrift **das Schlafmagazin** und **unser Programm** zu den Informationstreffen zugeschickt.

Wir treffen uns an jedem 3. Dienstag im Monat ab 18:00 Uhr zum Erfahrungsaustausch. Der Fachvortrag beginnt immer um 19:00 Uhr in der



MUNDUS Senioren-Residenz
im Girardethaus, Girardetstraße 2-38
45131 Essen-Rüttenscheid

Anreise mit dem PKW: von der BAB 40 Ausfahrt Essen Zentrum. Von der BAB 52 Ausfahrt Essen-Rüttenscheid.

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln (ÖPNV):
U11, 107, 108 bis Haltestelle Martinstraße, sowie mit der Linie 142 bis zur Haltestelle Girardethaus.

Corona-Spezial-Service - Digitale Gesprächsrunden

Solange die Vorschriften ein Zusammenkommen nicht ermöglichen, bieten wir Ihnen an jeden 3. Dienstag im Monat digitale Gesprächsrunden an. Weitere Informationen sowie die Themen der Gesprächsrunden, finden Sie auf unserer Homepage oder können per Mail angefordert werden oder über unser Vereinstelefon erfragt werden.

Selbsthilfe Schlafapnoe in Essen e.V.

Michael Biermann
Alfredstraße 309
45133 Essen
E-Mail: selbsthilfe@schlafapnoe-essen.de

Beratungshotline: 0176 51 51 55 33
Telefon: 0201 17 75 699
Telefax: 0322 23 65 3497
www.schlafapnoe-essen.de