



Selbsthilfegruppe Bruneck

Von Betroffenen für Betroffene

Unruhige Beine

Sie spüren in Ihren Beinen ein Ziehen, Spannen, Kribbeln, Schmerzen, Wärmegefühl oder andere als unangenehm empfundene Gefühle? Sie haben besonders abends und nachts einen unerträglichen Drang sich zu bewegen und deshalb Probleme durchzuschlafen?

Die Erfahrungen in den Schlaflaboren zeigen, dass bis zu 20% der allgemeinen Schlafstörungen durch unerkannte Formen des RLS verursacht werden.

Wer ist willkommen?

Jeder, der von RLS betroffen ist und sich mit anderen Betroffenen in einer Gruppe austauschen möchte.

Wann?

Jeden 1. Montag
im Monat um 17.15 Uhr.

Wo?

Krankenhaus Bruneck
(Ex Krankenpflegeschule)
Carl Toldt Straße Nr. 4

Was?

- erkennen und handeln
- Hilfe geben und nehmen
- Erfahrungen austauschen
- Informationen sammeln
- Gemeinsamkeiten entdecken
- reden und zuhören
- unterstützen und begleiten
- Probleme bewältigen

Infos & Anmeldung unter **348 352 4735**
oder schreiben Sie an: **unruhigebeine.pustertal@gmail.com**



Raiffeisen

Raiffeisenkasse Bruneck

