

# Selbsthilfegruppe „Kopfweh“ OÖ

**Christa Katerl**

[shgkopfweh@gmail.com](mailto:shgkopfweh@gmail.com)

[www.shgkopfweh.at](http://www.shgkopfweh.at)

Linz, im Februar 2019

Liebe Betroffene, Interessierte, Angehörige!

Es freut mich sehr, Euch zum **Treffen im März 2019** der Selbsthilfegruppe "Kopfweh" OÖ einladen zu dürfen

Mittwoch, 13. März 2019, 19.00 Uhr

Ort: Ordensklinikum

(Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern Linz),  
Seilerstätte 4, 4020 Linz

**Vortrag:** „Lebensfreude trotz Kopfschmerzen“  
Selbsthilfestrategien für mehr Lebensqualität

KOPFGEWITTER }  
Mentalcoaching & Migränebegleitung



Mag. Ulrike Grabmair, MSc.

Bitte beachtet, dass weder mentale Techniken, Spaziergänge in der Natur noch das Besprechen von möglichen verwendbaren Kräutern oder Kochrezepten bei Kopfschmerzen eine ärztliche Diagnose oder Therapie ersetzen. Die Teilnahme ist - wie immer - kostenlos!

Ich freue mich auf alle Treffen und hoffe, viele Betroffene, Angehörige und Interessierte begrüßen zu dürfen! Ihr habt die Möglichkeit über Euren Umgang mit dem Kopfschmerz zu sprechen und andere Betroffene kennen zu lernen.

Herzliche Grüße das Team der SHG „Kopfweh“

Christa Gerda Marion Ida