

## Long COVID / Post COVID Rheinberg

### Ab November neue Selbsthilfegruppe

In Rheinberg entsteht eine neue Selbsthilfegruppe für Menschen, die von den Langzeitfolgen von COVID-19 betroffen sind. Die Gruppe richtet sich sowohl an Long-COVID und Post-COVID-Betroffene. Das erste Treffen findet am 8. November im Pfarrheim St. Anna in Rheinberg statt.

Long-COVID und Post-COVID-Symptome können Betroffenen erhebliche Einschränkungen im Alltag bereiten. Zu den häufigsten Symptomen gehören anhaltende Erschöpfung Atemprobleme, Herzrhythmusstörungen, Muskelschwäche, Gelenkschmerzen, Konzentrations- und/ oder mentale Gesundheitsprobleme wie Angstzustände und/ oder Depressionen. Viele Menschen berichten auch von anhaltendem Verlust des Geruchs- und Geschmackssinns sowie von Magen-Darm-Beschwerden.

Der Weg zur Genesung kann lang und schwierig sein, und der Mangel an Verständnis für diese Erkrankungen in der breiten Öffentlichkeit stellt Betroffene vor große Herausforderungen.

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, an dem ersten Orientierungstreffen teilzunehmen und mehr über Selbsthilfe zu erfahren. Der Austausch auf Augenhöhe mit anderen Betroffenen kann erleichternd und bereichernd sein. Die Gruppenteilnehmer möchte voneinander profitieren und sich in der Krankheitsbewältigung gegenseitig unterstützen. Sie trifft sich einmal im Monat.

Weitere Informationen können bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel 02841- 90 00 16 oder [selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org](mailto:selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org) angefragt werden.