



Lotgenotengroep

Post Covid 19

In het dagelijks leven lopen mensen met long covid vaak tegen onbegrip aan. Klachten zijn niet altijd zichtbaar voor anderen. Goedbedoelde adviezen uit de omgeving helpen niet en kunnen juist frustrerend zijn. In deze groep mag je er gewoon zijn, zonder uitleg te hoeven geven

Post COVID

Veel mensen hebben nog steeds klachten na een coronabesmetting. Dit wordt long COVID (of post COVID) genoemd. Deze ziekte kan het dagelijks leven flink beperken. Er is nog geen medische behandeling die de klachten kan wegnemen. De klachten zijn heel verschillend: van extreme vermoeidheid tot problemen met concentratie en geheugen. Maar ook kortademigheid, pijnklachten, somberheid, duizeligheid en slaapproblemen komen veel voor.

Heeft corona invloed op jouw dagelijkse leven?

Misschien heb jij dagelijks last van de gevolgen van corona en ervaar jij ongemakken zoals:

- verlies van gezondheid
- minder energie
- moeite met werken
- onbegrip in je omgeving
- angstige gevoelens over het herstel en minder vertrouwen in je eigen lichaam
- opmerkingen van anderen die je raken, zoals: 'Ik heb het ook gehad, ik ben allang beter'



Er is hulp in de gemeente Hellendoorn

Weet dat je niet de enige bent met deze klachten. Vanuit Evenmens en Avedan begeleiden wij mensen die long COVID hebben.

In een lotgenotengroep, die een paar keer per jaar bij elkaar komt op vrijdagochtend, kun je ervaringen uitwisselen en tips krijgen van mensen die hetzelfde meemaken.

Wacht niet langer

De bijeenkomsten duren maximaal anderhalf uur, omdat de energie vaak beperkt is. In een veilige en positieve sfeer wordt gekeken hoe deelnemers elkaar kunnen ondersteunen. Neem voor meer informatie contact op.

Evenmens Hellendoorn

Cathelijne Middelkamp

0548 638 830

cmiddelkamp@evenmens.nl

Avedan Hellendoorn

Jan Jager

088 040 3800

info@avedan.nl