

## Vorstellung der Selbsthilfegruppe SHG ulm



Manfred Marquet  
Tulpenweg 5  
89134 Blaustein-Wippingen  
☎ 0 73 04 – 37 55

### ❖ Wer sind wir?

Die Selbsthilfegruppe Schnarchen - Schlafapnoe Ulm / Neu – Ulm / Alb - Donau, kurz die SHG ulm genannt, wurde von zehn Betroffenen im April 1999 gegründet. Mittlerweile ist die SHG ulm auf 90 Mitglieder angewachsen, die sich nun Zeit ihres Lebens mit dieser Krankheit auseinandersetzen müssen. Die Probleme im Umgang mit der Krankheit und die bisweilen schwierige Handhabung der Therapie-Geräte waren der Anlass für die Gründung.

### ❖ Was wollen wir?

Die SHG ulm hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Betroffenen Hilfe zur Selbsthilfe zu geben. Sie sollen lernen mit ihrer Krankheit und den Therapiegeräten entsprechend umzugehen, damit unnötiges Leiden verhindert wird.

### ❖ Was tun wir?

Aus vielen Gesprächen wissen wir, dass es für den Betroffenen zumindest anfangs recht schwierig ist, sich in seiner neuen Schlafumgebung zurechtzufinden. Neben dem behandelnden Arzt möchte die SHG ulm dem Betroffenen eine weitere Hilfestellung zur Linderung seines Schlafproblems anbieten. Dies tut die SHG ulm indem sie 5-mal im Jahr ein zwangloses Mitgliedertreffen organisiert.

### ❖ Unsere Mitgliedertreffen...

- ✓ Bei diesen Treffen werden Sie über die neuesten Erkenntnisse der Krankheit, Leistungsträger etc. informiert.
- ✓ Zu aktuellen Themen laden wir kompetente Referenten ein, die in leicht verständlicher Form und ohne Fachchinesisch über das anstehende Thema berichten.
- ✓ Für Fragen zu Therapiegeräten, stehen Ihnen die Vertreter der Gerätehersteller zur Verfügung.
- ✓ Eine wertvolle und große Hilfe ist auch der Erfahrungsaustausch der Betroffenen untereinander.

Gerne nehmen wir weitere Mitglieder in die SHG auf. Hierzu liegen neben der aktuellen Terminliste auch noch die Wegbeschreibung zu unseren Treffen und eine Beitrittserklärung aus. Der Jahresbeitrag für die Mitgliedschaft in der SHG ulm beträgt 20,00 €. Zusätzlich erhalten alle unsere Mitglieder kostenlos - **das Schlafmagazin** - eine Zeitschrift, welche mit vielen interessanten Informationen rund um das Thema Schlaf viermal im Jahr erscheint.

Unsere Treffen finden in der Vereinsgaststätte des TSV 1880 Neu-Ulm e.V. Gaststätte Muthenhölzle - Europastraße 15 in 89231 Neu-Ulm statt.

Wir würden uns freuen, wenn unsere Gruppe den einen oder anderen unter Ihnen bei unserem nächsten Treffen in der Gaststätte Muthenhölzle begrüßen könnte.

Auch Nichtmitglieder sind selbstverständlich jederzeit gerne willkommen. Für weitere Fragen steht ihnen die oben genannte Person gerne zur Verfügung.

# Termine für die Mitgliedertreffen 2017

**Manfred Marquet**

Tulpenweg 5  
89134 Blaustein - Wipplingen  
☎ 0 73 04 – 37 55

Die SHG trifft sich immer am Dienstag  
um **19.00 Uhr** zu den angegebenen  
Terminen in der



**Gaststätte Muthenhölzle**

**Da Zio Franco**

**TSV 1880 Neu-Ulm e.V.**

Europastraße 15

**89231 Neu-Ulm**

☎ **0731 - 98 55 70 10**

Öffnungszeiten:

Di. - Fr. 11.00 - 14.00 und 17.00 - 23.00

Sa. 17.00 - 23.00 So. 11.00 - 22.00

Montag Ruhetag

Datum	Programm
14. Februar 2017	<b>Vortrag:</b> Dr. med. Klaus Becker Facharzt für Innere Medizin, Rheumatologie und Naturheilverfahren, Kooperationspartner am Gesundheitszentrum Blaubeuren und Belegarzt am Alb - Donau Klinikum, Standort Blaubeuren <b>„Starke Abwehr – weniger krank „</b>
09. Mai 2017	<b>Vortrag:</b> Dr.med. Markus Miller Leiter des Schlaflabors und Oberarzt der Stiftungsklinik Weißenhorn <b>Palliativmedizin –</b> <b>„Nur sterben, oder doch ein „Ja“ zum Leben „</b>
29. Juli 2017 <b>Samstag !!!</b>	<b>Tagesausflug: Einzelheiten werden rechtzeitig bekannt gegeben</b>
10. Oktober 2017	<b>Vortrag:</b> Dr.Woehrle, 1999 Gründer der SHG ulm Leiter des Schlaf,- und Beatmungszentrums am Kreiskrankenhaus Blaubeuren <b>„Neue Therapieansätze bei der Behandlung von Schlafapnoe „</b>
28. November 2017	<b>Allgemeine Informationen und Weihnachtsfeier mit einem Jahresrückblick der SHG in Bildern</b>

## Anfahrtsweg

Adresse

Gaststätte  
Muthenhölzle  
Ristorante **Da Zio Franco**  
TSV 1880 Neu-Ulm e. V.  
Europastraße 15  
89231 Neu-Ulm

☎ 0731 - 98557010



**Manfred Marquet**

Tulpenweg 5  
89134 Blaustein - Wipplingen  
☎ 0 73 04 – 37 55



*Aus Richtung Biberach auf der Schnellstraße B30 kommend:*

Ausfahrt Richtung Stuttgart/Ulm/Neu-Ulm. Weiter auf der B28 bis zur Ausfahrt Neu-Ulm-Mitte. Von da auf der B10 in Richtung Neu-Ulm fahren. Bei der Europastraße /B10 rechts abbiegen und der Beschilderung nach Augsburg/ Neu-Ulm folgen. Halten Sie sich rechts und biegen nach 50 m die erste Straße rechts ab um Am Muthenhölzle zu bleiben. Nach 100 m biegen Sie die zweite Straße links ab und sind dann nach 70 m am Ziel.

*Aus Richtung Heidenheim auf der Autobahn A7 kommend:*

Bei der Ausfahrt 121-Nersingen in die B10 Richtung Neu-Ulm/Pfuhl/Burlafingen einfädeln. Nach 9 km im Kreisverkehr die vierte Ausfahrt Europastraße/B10 Richtung A8/Augsburg nehmen. Nach ca. 700 m biegen Sie rechts ins Am Muthenhölzle ab. Halten Sie sich rechts und biegen nach 50 m die erste Straße rechts ab um Am Muthenhölzle zu bleiben. Nach 100 m biegen Sie die zweite Straße links ab und sind dann nach 70 m am Ziel.

*Aus Richtung Ulm auf der B10/B28 kommend:*

Bei Ausfahrt Neu-Ulm-Mitte Richtung Neu-Ulm fahren. Nach 240 m im Kreisverkehr die 3. Ausfahrt Europastraße/ B10 Richtung A8/Augsburg nehmen. Nach 650 m biegen Sie rechts ins Am Muthenhölzle ab. Halten Sie sich rechts und biegen nach 50 m die erste Straße rechts ab um Am Muthenhölzle zu bleiben. Nach 100 m biegen Sie die zweite Straße links ab und sind dann nach 70 m am Ziel.

*Für alle die nicht in Richtung A7 heimreisen gilt:*

Auf dem Am Muthenhölzle zurück fahren bis zur Europastraße/B10. Bei der Europastraße rechts ab-biegen. Nach 120 m die Auffahrt nehmen und nach 300 m links Richtung Europastraße/B10 abbiegen (Kreuzung Europastraße / Memminger Straße). Sie befinden sich jetzt auf der Gegenfahrbahn und können nun der jeweiligen Beschilderung folgen.

# Beitrittserklärung

Manfred Marquet  
Tulpenweg 5  
89134 Blaustein-Wipplingen  
☎ 0 73 04 – 37 55

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt in die  
Selbsthilfegruppe Schnarchen Schlafapnoe  
Ulm / Neu-Ulm / Alb-Donau

Eintritt am

Nachname

Vorname

Straße

PLZ Ort

Telefon

Fax

Email

Geburtsdatum

Der Mitgliedsbeitrag beträgt jährlich 20,- EURO. Der Beitrag soll ab 01.01. jeden Jahres von meinem unten genannten Konto im Wege des Einzugsverfahrens einmal jährlich abgebucht werden. Bei Eintritt während des Jahres wird der Beitrag anteilig eingezogen. Der Abbuchungsauftrag ist jederzeit widerruflich. Mit der Speicherung meiner Daten für den Zahlungs- und Schriftverkehr bin ich einverstanden.

Name der Bank

BLZ

Konto

Beitragskonto

BLZ

Konto

BIC

IBAN

Kreissparkasse Heidenheim

632 500 30

221 467 08

SOLADES1HDH

DE54 6325 0030 0022 1467 08

(Ort, Datum)

(Unterschrift, bei Minderjährigen der Erziehungsberechtigte)