

## **Selbsthilfegruppe für Frauen mit Vaginismus / Schmerzen beim Sex**

Ist es Ihnen unmöglich, einen Tampon einzuführen, gynäkologische Untersuchungen vornehmen zu lassen oder eine schmerzfreie, erfüllte Sexualität zu geniessen?

Diese Erfahrungen können die Lebensqualität betroffener Frauen stark beeinträchtigen. Die Suche nach Lösungen ist mitunter schwierig, da es in der Regel nicht einfach fällt darüber zu sprechen. Ursachen, Symptome und Therapiemöglichkeiten sind zudem selbst Fachpersonen nicht oder noch wenig bekannt.



© selbsthilfecenter.ch

In dieser Selbsthilfegruppe tauschen wir unsere Erfahrungen in einem geschützten Rahmen aus. Wir lernen von den Erfahrungen anderer betroffener Frauen, machen uns gegenseitig Mut und suchen gemeinsam nach Lösungen.

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, geben Ihnen die Mitarbeiterinnen des Selbsthilfecenters gerne weitere Auskunft:

## Selbsthilfocgruppe für Frauen mit Vaginismus / Schmerzen beim Sex

Ist es Ihnen unmöglich, einen Tampon einzuführen, gynäkologische Untersuchungen vornehmen zu lassen oder eine schmerzfreie, erfüllte Sexualität zu geniessen?

Diese Erfahrungen können die Lebensqualität betroffener Frauen stark beeinträchtigen. Die Suche nach Lösungen ist mitunter schwierig, da es in der Regel nicht einfach fällt darüber zu sprechen. Ursachen, Symptome und Therapiemöglichkeiten sind zudem selbst Fachpersonen nicht oder noch wenig bekannt.



© selbsthilfocenter.ch

In dieser Selbsthilfocgruppe tauschen wir unsere Erfahrungen in einem geschützten Rahmen aus. Wir lernen von den Erfahrungen anderer betroffener Frauen, machen uns gegenseitig Mut und suchen gemeinsam nach Lösungen.

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, geben Ihnen die Mitarbeiterinnen des Selbsthilfocenters gerne weitere Auskunft: