

## Treffpunkt

Jeden 2. Mittwoch im Monat um 18:00  
im Jenfeld-Haus;  
[www.jenfeld-haus.de](http://www.jenfeld-haus.de)

Charlottenburger Str. 1  
22045 Hamburg  
Tel. 040 - 6 54 40 60

Parken: Das Jenfeld-Haus hat einen  
eigenen Parkplatz.

Bushaltestelle: Jenfelder Straße  
(Linien 10, 27, 167, 232, 263  
und Schnellbus 35)



[www.tinnitus-hamburg-jenfeld.de](http://www.tinnitus-hamburg-jenfeld.de)

## Ansprechpartner für Tinnitus

Klaus Bake  
Email: [klaus.bake@alice-dsl.net](mailto:klaus.bake@alice-dsl.net)  
Tel. 040 - 710 34 72

## Ansprechpartner für Morbus Menière

Holger Dierks  
Email: [holger.dierks@snafu.de](mailto:holger.dierks@snafu.de)  
Tel. 040 - 647 01 35

## Hörakustiker:

Marc Simanowsky  
Email: [info@ihrhoerakustiker.de](mailto:info@ihrhoerakustiker.de)  
Tel. 040 - 6547506



## Ihr Hörakustiker

Hörakustik im Ärztehaus  
Simanowsky & Kunath oHG

*Herzlich willkommen  
in Ihrem Meisterbetrieb!*

Öjendorfer Damm 52 22043 Hamburg  
040-65 47 500

[www.ihrhoerakustiker.de](http://www.ihrhoerakustiker.de)

[www.tinnitus-hamburg-jenfeld.de](http://www.tinnitus-hamburg-jenfeld.de)



# TINNITUS

Alarm aus dem Innenohr

Wenn es bei Ihnen piept, rauscht  
oder klingelt..



..dann sollten Sie sich mit einer  
Selbsthilfearuppe (SHG) in  
Verbindung setzen.



PIFFIKUS

Tinnitus SHG Hamburg Jenfeld

[www.tinnitus-hamburg-jenfeld.de](http://www.tinnitus-hamburg-jenfeld.de)

## Was ist Tinnitus ?

Das Ohr ist unser empfindlichstes Sinnesorgan. Ständiger Umweltlärm gehören zur Tagesordnung. Die Möglichkeiten, sich gegen diese Reizüberflutung zu schützen, sind jedoch gering.

Neuere Forschungsergebnisse zeigen, dass es sich bei chronischem Tinnitus nicht primär um eine Innenohrerkrankung handelt, sondern um eine Wahrnehmungs - und Verarbeitungsstörung im Gehirn.

## Wir sind :

eine Tinnitus - SHG mit folgenden Schwerpunkten: Tinnitus einschließlich Hyperakusis und den Folgen von Hörsturz.

## Wer kann bei uns teilnehmen ?

Jeder Tinnitus- und Morbus Menière - Betroffene.

Die Teilnahme ist kostenlos.

## Was wollen wir ?

Im Vordergrund stehen die Förderung der Selbsthilfe und fachlicher bzw. persönlicher Erfahrungsaustausch.

Informationen über Fachliteratur und neue wissenschaftliche Forschungsergebnisse.

Informationen über Ärzte/Therapeuten für Tinnitus und Fachkliniken.

Fachvorträge und Teilnahme an Seminaren und Kursen.

Neue Lebensperspektiven finden.

Um gegenseitiges Verständnis werben und soziale Kontakte knüpfen.



**PFIFFIKUS**

Tinnitus SHG Hamburg Jenfeld

## Hilfe zur Selbsthilfe

Was heißt Selbsthilfe für die Teilnahme in einer SHG: Die eigenen Probleme selbst in die Hand nehmen und aktiv im Rahmen der eigenen Möglichkeiten nach Lösungen für einen besseren Umgang mit Tinnitus suchen.

Die Tinnitus - SHG ist eine freiwillige Gruppe von Menschen, die ein gemeinsames Leid zusammenführt.

Die Teilnahme an einer SHG erfolgt selbstbestimmt und gleichbestimmt.

Von den Mitgliedern wird eine aktive Mitarbeit erwünscht.

Wir arbeiten sehr eng mit der Deutschen Tinnitus - Liga e. V. (DTL) in Wuppertal zusammen und weiter in Kooperation mit der KISS. Hamburg.

**Wichtig : Die Teilnahme an unserer SHG ersetzt keinen Arzt !**