

*Ich bin es wert, dass ich auf mich achte.*

*Zeit, die wir uns nehmen, ist Zeit, die uns etwas gibt.*



Herzlich Willkommen!

### **Austauschgruppe Wallis/ Brig**

*Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS)  
Histaminose (HIT)*

#### **Jahrestreffen 2024**

Daten: **13. März, 05. Juni, 30. Okt.**

Zeit: 19.00h - 21.30h

Treffpunkt: noch unbekannt, bitte vorher anfragen!

Ziel: Wertvolle weiterführende Infos erhalten zum Thema, Erfahrungsaustausch, Hilfe zur Selbsthilfe, miteinander unterwegs sein, Verbesserungen erzielen können im Bezug auf den Umgang mit den verschiedensten Symptomen und Beschwerden

Ablauf: Kurze Vorstellungsrunde, Kleiner Fachinput, Erfahrungs- und Erlebnisaustausch

Unkostenbeitrag: Die Teilnahme ist gratis, es wird lediglich ein Betrag von Fr. 5.- erhoben zur Nutzung der Räumlichkeit.

#### Anmeldung:

Gesundheits- und Ernährungscoaching eifach Xund

Jacqueline Jenelten

Ebnetstr. 14

3982 Bitsch

E- Mail: [shg-brig@histaminintoleranz.ch](mailto:shg-brig@histaminintoleranz.ch)

Mobile: 079 461 12 01



*Ich bin es wert, dass ich auf mich achte.*

*Zeit, die wir uns nehmen, ist Zeit, die uns etwas gibt.*



Herzlich Willkommen!

### **Austauschgruppe Wallis/ Brig**

*Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS)  
Histaminose (HIT)*

#### **Jahrestreffen 2024**

Daten: **13. März, 05. Juni, 30. Okt.**

Zeit: 19.00h - 21.30h

Treffpunkt: noch unbekannt, bitte vorher anfragen!

Ziel: Wertvolle weiterführende Infos erhalten zum Thema, Erfahrungsaustausch, Hilfe zur Selbsthilfe, miteinander unterwegs sein, Verbesserungen erzielen können im Bezug auf den Umgang mit den verschiedensten Symptomen und Beschwerden

Ablauf: Kurze Vorstellungsrunde, Kleiner Fachinput, Erfahrungs- und Erlebnisaustausch

Unkostenbeitrag: Die Teilnahme ist gratis, es wird lediglich ein Betrag von Fr. 5.- erhoben zur Nutzung der Räumlichkeit.

#### Anmeldung:

Gesundheits- und Ernährungscoaching eifach Xund

Jacqueline Jenelten

Ebnetstr. 14

3982 Bitsch

E- Mail: [shg-brig@histaminintoleranz.ch](mailto:shg-brig@histaminintoleranz.ch)

Mobile: 079 461 12 01

