



Selbsthilfegruppe Kirchhellen

Psychische Störung

Wir sind unterschiedliche Menschen, die eines gemeinsam haben, nämlich eine psychische Störung und an Depressionen, Ängsten, Zwängen, posttraumatischer Belastungsstörung und/oder Burn out leiden. Im Alltag stoßen wir bei unseren Mitmenschen oft auf Unverständnis.

In dieser Gruppe kommen wir ins Gespräch mit Gleichgesinnten, die im selben Boot sitzen. Wir können uns gegenseitig

- von unseren Problemen im Alltag erzählen
- von Situationen, die uns belasten, berichten
- motivieren
- Rat holen und geben

Termine: Gruppe 1) Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat um 18.30 Uhr
Gruppe 2) Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat um 19.00 Uhr
Feiertag entfällt
Wenn es einen 5. Dienstag gibt, so ist dieser für die Organisatoren

Ort: In den Räumen von Frau Dr. Thünker
Paul-Moor-Weg 9
46244 Bottrop

Kontakt und Anmeldung: Handynr.: 0176 529 429 28 oder shgkirchhellen@gmail.com