

HALT FINDEN



Selbsthilfegruppe HALT FINDEN

Dir fehlt Stabilität und Belastbarkeit?

Du vermeidest bestimmte Situationen oder fühlst Dich emotional unwohl?

Begründet kann dies sein, durch negative Erfahrungen aus Deiner Vergangenheit.

Vielleicht hattest Du prägende Erlebnisse in Deiner Kindheit und Jugend, in Deinen Beziehungen zu wichtigen Menschen oder an Deinem Arbeitsplatz?

In der Gruppe geht es um Erfahrungsaustausch, Zuhören, Gefühlen Raum geben, Halt im Selbst zu finden, den Selbstwert zu stärken.

Fühlst Du Dich angesprochen?

Dann bist Du herzlich zum Treffen willkommen!

Wir treffen uns **wöchentlich donnerstags von 17.30 - 19.00 Uhr** in Euskirchen

Selbsthilfe Kontaktstelle Euskirchen

Telefon: 02251 866 28 08

mobil: 0172 214 58 97

E-Mail: selbsthilfe-euskirchen@paritaet-nrw.org