

Nicht nur Herbstblues?

Depression!

Depression macht ein „normales Leben“ unmöglich.

In der Gruppe mit Betroffenen geht es um einen Erfahrungsaustausch, Vertrauen, Zuhören und Verstanden werden.

Gemeinsam erarbeiten wir Strategien, um eigene Stärken zu entwickeln und den Alltag wieder als lebenswert zu erleben.

Auf diesem Weg können wir neue Kraft und Mut für eine bessere Lebensqualität schöpfen.

Fühlst du Dich angesprochen? Dann komm zu uns!

Wir treffen uns jeden zweiten und vierten Dienstag von 14.00 – 16.00 Uhr in Euskirchen.

Selbsthilfe Kontaktstelle Euskirchen

Telefon: 02251 8662808

mobil: 0172 2145897

E-mail:

selbsthilfe-euskirchen@paritaet-nrw.org

 **DER PARITÄTISCHE**
SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE
Kreis Euskirchen