



Halt los

Kennst Du das? Dir fehlt Halt, Geborgenheit und Sicherheit in Dir.

Du wirst unruhig in bestimmten Situationen und Du suchst Halt z.B. bei deinen Freunden, bei deinem Gegenüber oder in anderen Dingen.

Dies ist begründet in deiner Kindheit durch Bindungs-/ Entwicklungsstörungen, Traumata, Erziehung oder vergangenen Erlebnissen.

Die Folge sind: Depressionen, Angst, Rückzug.

In der Gruppe geht es um Zuhören, Erfahrungstausch, Vertrauen aufbauen, Gefühlen Raum geben, Halt und individuelle Lösungen finden, so dass der Halt in einem selber wachsen kann.

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 8662808

mobil: 0172 2145897

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

 **DER PARITÄTISCHE**
SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE
Kreis Euskirchen