

Selbst- hilfegruppen- gründung

Zum Thema Angst

Trau dich und finde den Mut zur Veränderung. Eingeladen sind alle, die selbstständig in der Lage dazu sind anzureisen und an den Sitzungen teilzunehmen. Einfach beim angegebenen Termin erscheinen oder bei Fragen und weiteren Informationen telefonisch oder per E-Mail melden.

Fr. Kröger Tel.: 0201/84384080
kröger.selbsthilfegruppe@gmx.de

Am 04.03.2020 um 18.45 Uhr
Margot von Bonin Haus
Im großen Seminarraum
Hohlweg 8, 45147 Essen

Damals, als wir noch Kinder waren, war es ganz normal Ängste zu haben. Heute aber ist es ein Zeichen von Schwäche. Richtig? Falsch! Jeder leidet unter Ängsten, der Eine mehr, der Andere weniger. Das ist auch ok. Zum Problem wird es nur, wenn die Ängste einem ein normales Leben unmöglich machen. In dieser Selbsthilfegruppe wollen wir gemeinsam an Lösungen arbeiten.

„Hilfe zur Selbsthilfe“

soll die Devise sein und ein Für- und Miteinander geschaffen werden. Wir sprechen über Erfahrungen, gemeinsame Angstbewältigung und über alles was euch noch einfällt. Kommt einfach am angegebenen Termin vorbei oder meldet euch bei mir oder der WIESE e.V.

WIESE e.V Beratungsstelle für
Selbsthilfe
Eulerstraße 17, 45143 Essen
Tel.: 0201/207676
www.wiesenetz.ruhr