



## **Schnupperstunde: Gruppenangebot seelische Gesundheit**

**Nächste Veranstaltung:  
27.09.2022  
17.00-18.30 Uhr via Zoom**

### **In Zusammenarbeit mit Essener Selbsthilfegruppen**

Was belastet mich zurzeit? Welche Anzeichen sollte ich ernst nehmen? Welche Wege haben anderen, seelisch erkrankten Menschen geholfen? Welcher Weg erscheint mir persönlich hilfreich? Wir haben die Erfahrung gemacht, dass ein Austausch mit Menschen in ähnlicher Situation auch gut digital funktioniert und bereichernd sein kann.

### **Das Videotreffen wird über Zoom stattfinden.**

WIESE e.V. wird die Veranstaltungen moderieren, die jeweiligen Selbsthilfegruppenmitglieder werden ihr Erfahrungswissen allen Beteiligten zur Verfügung stellen. Die Veranstaltungen finden einmal monatlich statt.

**Für Ihre Teilnahme benötigen wir Ihre Anmeldung per Mail.** Sie erhalten dann von uns Ihre Zugangsdaten für Zoom. Auch für Unerfahrene in Sachen Technik erschließt sich Zoom recht intuitiv – trauen Sie sich einfach. Eine Videokonferenz über Zoom ist für Sie kostenlos. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

**Wir freuen uns auf Sie!  
[selbsthilfe@wiesenetz.de](mailto:selbsthilfe@wiesenetz.de)**