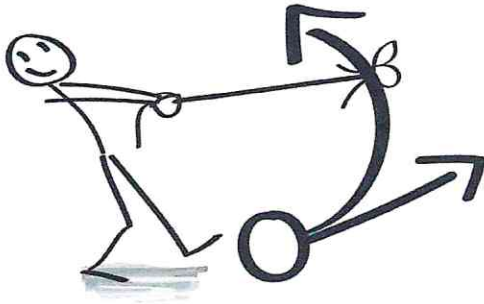


LICHTUNG/GIRASOLE

Verein zur Förderung der psychischen Gesundheit
Associazione a sostegno della salute mentale

**ZEIT FÜR
VERÄNDERUNG**



**Wege entstehen dadurch,
dass man sie geht.**
Franz Kafka

Selbsthilfegruppe Brixen **„Depression und Angststörungen“**

Dienstags um 17.30 Uhr

14-tägige Treffen

Ich besuche die Gruppe, weil ...

- ich etwas für mich tun möchte
- meine Lebensqualität verbessern möchte
- aus einer Krise herauskommen möchte
- mich weiter entwickeln möchte

Die Gruppe ist ein Ort...

- wo ich sein darf wie ich bin
- wo ich lernen kann, über meine Nöte und meine Schwächen zu sprechen und zu mir und meinen Problemen zu stehen
- wo ich meine psychischen Belastungen bearbeiten und mich stärken kann
- wo ich das, was mir geholfen hat als Anregung an andere weitergeben kann
- wo ich üben kann, meine Gefühle in Worte zu fassen, sie zu erklären und sie dadurch auch selber besser zu verstehen

Anmeldung ab sofort bei Verein Lichtung
333 46 86 220 oder info@lichtung-girasole.com