

Thematik:

- Depressionen
- Antriebslosigkeit und Erschöpfung
- Einsamkeit und innere Leere
- Ängste und Grübeln

Was bieten wir?

- Austausch in geschütztem Rahmen
- Verständnis ohne Bewertung
- Gegenseitige Unterstützung
- Zuhören und ernst genommen werden
- **DU** bestimmst, wie viel du teilen möchtest

Die Selbsthilfegruppe wird gefördert durch die gesetzlichen Krankenkassen und deren Verbände in Bayern.

-  **Ort:** Ansbacher Straße 6, Neustadt/Aisch
im Caritas Haus, 2. Stock
-  **Zeit:** 18:00 – 20:00 Uhr
-  **Treffen:** Freitag (ungerade Woche)
-  **Kontakt:** Margit Festnetz: 09841 40 111 31
Margit Mobil: 0152 32 713 300
Caren Mobil: 0176 84 711 604
-  **Website:** www.shg-dubistnichtallein.de

GEMEINSAM STATT EINSAM



SELBSTHILFEGRUPPE DEPRESSIONEN

Für Menschen...

- mit Depressionen
- jeden Alters
- die reden oder zuhören möchten

