

Depressiv? Reden hilft.



 **ilmenau
hilft!**

Als Gruppe gemeinsam statt einsam.

Geh mit uns den ersten Schritt!

Erlaube Dir Hilfe anzunehmen!

Wir hören zu – reden, lachen und weinen gemeinsam. In geschützter Atmosphäre mit Betroffenen kannst du zur Ruhe kommen und dich öffnen.

Unsere wichtigsten Eckpfeiler sind:

VERTRAULICHKEIT

EHRlichkeit

MITEINANDER

Selbsthilfegruppe Depression

Dienstags 17.30 Uhr

Mehrgenerationenhaus, Wetzlarer Platz 2, Ilmenau

- Anmeldung erforderlich!
- Alter: 18 bis 65 Jahre
- Teilnehmerzahl: max. 10



Uta Kirchner Koordinatorin

Mobil: 0176 56036001

E-Mail: kontakt@selbsthilfe-ilmenau.de

www.selbsthilfe-ilmenau.de