

Depression?

**Sie sind nicht alleine!
Wir gründen eine Selbsthilfegruppe.**



Inhalte und Ziele der Gruppe

- Nicht mehr allein sein mit seinen Problemen
- Im Dialog mit anderen die eigenen Probleme verstehen
- Sich verstanden fühlen
- Selbstbestimmt nach Lösungen suchen und aktiv die eigenen Probleme wahrnehmen und bearbeiten
- Neue Kontakte für einen konstruktiven Austausch knüpfen

Ort: Café Fundus, Bahnhofstrasse 47, 5507 Mellingen

Weitere Informationen zur Gruppe und Anmeldung:

SelbsthilfeZentrum Aargau

Tel. 056 203 00 20 oder per E-Mail info@selbsthilfezentrum-ag.ch

oder

Café Fundus, Bahnhofstrasse 47, 5507 Mellingen