

Wer ist Willkommen?

Die Selbsthilfegruppe (SGH) „*Depression-Seelenfinsternis*“ heißt alle Betroffenen wie auch Angehörige Betroffenen willkommen.

Was kann gemeinsam getan werden?

Themenschwerpunkte die besprochen werden können sind u.a.:

- Besprechung der Symptomatik und des typischen Krankheitsbildes
- Verlauf der Krankheit
- Besprechung einschneidender Erlebnisse
- Wie sehe ich die Krankheit?

Wann und Wo trifft sich die SHG?

Unsere Treffen finden alle zwei [☆]Wochen statt, an jedem ersten und dritten Montag im Monat von 18.00-19.30 Uhr.

Was bietet die SHG noch?

Sonderaktionen/Seminare/Workshops:

- Entspannungsverfahren
- Resilienztraining und Achtsamkeitstraining
- Gemeinsame Gruppenveranstaltungen u.v.m.

Unsere Unterstützer

- MUT zu Veränderung e.V.
- Lebenswerte Lebenswege GmbH
- Coaches und externe Dozenten



„Egal wie dunkel das Leben gerade sein mag, an jedem schwarzen Himmel, befinden sich leuchtende Sterne.“



Selbsthilfegruppe

Depression- Seelenfinsternis



Kontakt

Isabel Nürnberger
Verein MUT zu Veränderung
Magdeburger Allee 4
99084 Erfurt

Email: Isabel.Nuernberger@mut-zu-veraenderung.de
Tel.: 01590 6842412

Anfahrt



- Straßenbahnlinie 1 (Richtung Europa platz) oder 5 (Richtung Zoopark)
- Haltestelle Boyneburgufer aussteigen geradeaus über die Kreuzung gehen
- dann die erste Straße auf der rechten Seite (Tivoli Gebäude, Haupteingang)