

Traumata und PTBS gemeinsam bewältigen

Ein neuer Gesprächskreis gründet sich am **Dienstag, den 14. Mai 2024 von 18 – 20 Uhr** in der Bremer Selbsthilfekontaktstelle.

In unserer Selbsthilfegruppe geht es darum über die individuellen Bewältigungsstrategien zu sprechen, die Menschen mit Traumata und PTBS entwickeln. Wir bieten Dir einen sicheren Raum, in dem Du die Herausforderungen im Alltag, die PTBS und Traumata darstellen, mitteilen kannst.

Die Selbsthilfegruppe wird nicht therapeutisch begleitet, daher solltest Du Dich schon in therapeutischer Unterstützung befinden. Uns geht es vor allem darum aus der Hilflosigkeit in ein selbstbestimmtes Leben zu kommen, mit der Hilfe anderer Betroffener, die ihre Bewältigungsstrategien teilen und somit einander zu neuen Perspektiven verhelfen.

Weitere Informationen und Anmeldung beim Netzwerk Selbsthilfe unter der Tel. Nr. 0421- 70 45 81 oder E-Mail: info@netzwerk-selbsthilfe.com

Ein Angebot von:

Netzwerk Selbsthilfe

Adresse:

Faulenstraße 31
28195 Bremen

Telefon:

0421 70 45 81

E-Mail-Adresse:

info@netzwerk-selbsthilfe.com

Internetadresse:

www.netzwerk-selbsthilfe.com

Nächste Termine:

Termine bitte erfragen

Anmeldungsinfo:

Anmeldung erforderlich