



Selbsthilfegruppe Villa Lichtblick

Du hast bereits therapeutische Erfahrungen gemacht?

Dann bist du bei uns herzlich willkommen!

Unsere Selbsthilfegruppe richtet sich an Menschen, die Erfahrungen mit **psychosomatischer Therapie** haben – ambulant, in einer psychosomatischen Klinik oder in einer Reha.

Zum Beispiel bei: **Burnout • Depressionen • Angststörungen • Tinnitus • Schmerzen • Trauma • psychosomatischen Beschwerden**

Wir schaffen einen **geschützten Raum für Austausch, Offenheit und Akzeptanz**. Wir teilen Erfahrungen, sprechen über das, was uns beschäftigt, und unterstützen uns gegenseitig. Gemeinsam möchten wir auch Aktivitäten planen, die uns stärken und guttun.

Herzliche Einladung zum Neustarttreffen

Donnerstag, 3. Dezember um 17:00 Uhr

Begegnungsstätte Pari-Treff, Bahnhofstr. 41 in 58095 Hagen

Deine Erfahrungen, Ideen und Fähigkeiten sind wichtig! Denn eine Selbsthilfegruppe lebt davon, dass alle etwas beitragen. So können wir gemeinsam wachsen.

Für weitere Informationen und zur Anmeldung wenden Sie sich bitte an das Selbsthilfe-Büro Hagen unter Tel.: 02331 18 15 16 oder per E-Mail an selbsthilfe-hagen@paritaet-nrw.org.