

### **Selbsthilfegruppe (SHG) „Miteinander gegen Depression, Borderline und Angst“**

**Treffen der SHG aller drei Wochen 16.30 Uhr im **Alloheim Senioren Residenz in Zwenkau, Cafeteria****

Die SHG ist eine kleine, gemischte Gruppe, die sich trifft. Die Teilnehmer stehen teilweise noch im Berufsleben. Sie wollen miteinander Wege finden, um mit der Krankheit umzugehen und diese akzeptieren zu lernen.

Um dies zu erreichen, tauschen sie Ratschläge, Tipps und Informationen aus, knüpfen durch die Gruppe neue soziale Kontakte, unternehmen viele Freizeitaktivitäten und helfen sich gegenseitig in der Alltagsbewältigung.

Für Fragen stehen Ihnen Detlef Schröter, Tel.: 0152 24359257, und Ina Schade, Tel.: 0151 40404629 gern bereit.