

Unsere Angebote

Weitere Angebote unseres Vereins sind:

- Ambulant betreutes Wohnen
- Sozialpsychiatrischer Dienst
- Soziotherapie
- Tagesstätte
- Anlaufstelle der gemeindepsychiatrischen Dienste
- Treffpunkt für (ehemals) psychisch erkrankte Menschen

Satz und Gestaltung: anja renner mediengestaltung, www.anjarenner.de

Träger:

**Verein für
gemeindenaher Psychiatrie
im Zollernalbkreis e.V.**

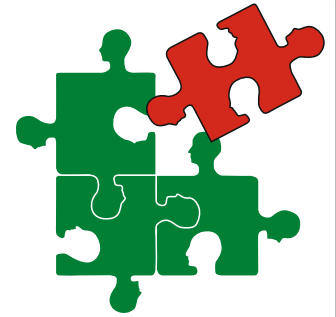


Schwanenstraße 19 · 72336 Balingen
verwaltung.bl@gemeindenahepsychiatrie-zak.de
www.gemeindenahepsychiatrie-zak.de

Mitglied im Deutschen
Paritätischen Wohlfahrtsverband



Stand: 10_2020



begleitete SelbsthilfeGruppe Depression



Worum geht es?

Seit Juli 2005 existiert die begleitete Selbsthilfegruppe für Menschen, die mit Depressionen zu kämpfen haben. Sie ist gedacht als Treffpunkt, um sich auszutauschen.

Sie sind nicht allein!

Ziele & Möglichkeiten

- Wir möchten gemeinsame und individuelle Strategien entwickeln.
- Wir möchten die eigenen bisherigen Strategien kritisch beleuchten.
- Wir möchten vor allem im Austausch mit anderen Betroffenen bleiben und hierdurch der Vereinsamung entgegensteuern.



Wann, wo, mit wem?

Die Gruppe findet jeweils am **ersten und dritten Dienstag** im Monat, **von 19:00 bis 21:00 Uhr**, in der **Tagesstätte Hechingen, Obertorplatz 16** statt.

Hans-Jörg Koch, Diplom-Theologe und Systemischer Familientherapeut, begleitet die Gruppe.

Haben Sie vorab Fragen?

Rufen Sie einfach an: **Telefon 07471 9202893**

Eine Anmeldung ist nicht verpflichtend.

Sie sind herzlich eingeladen!

