



Depressionen und Ängste bei Männern

In die neue Selbsthilfegruppe möchte ich alle Männer, die unter Depressionen und Ängsten leiden einladen. Die Gruppe soll einen Raum bilden, in dem wir alle Schutzhüllen ablegen und offen über unsere Krankheit sprechen können, uns aber auch darüber austauschen, wie wir einen besseren Umgang damit finden.

Wir wollen einander zuhören, an den Problemen des Anderen teilnehmen und gemeinsam Auflösungsstrategien erarbeiten, die unsere Lebensqualität verbessern.

Wir treffen uns voraussichtlich mittwochabends in Winterhude.

Kontakt über

KISS Hamburg Selbsthilfe-Telefon

☎ 39 57 67

Mo - Do 10 - 18 Uhr

© 12/2016 Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfegruppen Hamburg/KK