



*Kontaktstelle
Selbsthilfe
Kanton Solothurn*

SELBSTHILFEGRUPPE FÜR ANGEHÖRIGE VON MENSCHEN MIT DEPRESSIONEN



Ist ihr Mann, ihre Lebenspartnerin oder ihre Tochter von Depressionen betroffen? Wissen sie, dass sie mitbetroffen sind? Wissen sie, dass es noch andere gibt die in einer ähnlichen Situation sind? Wissen sie, dass darüber **reden hilft**?

Eine Frau aus der Region sucht andere Personen, die sich trotz Belastung und Herausforderungen kennen lernen und sich gegenseitig unterstützen wollen. In den Treffen soll es um die eigene Situation, ums eigene Wohlbefinden und um das **WAS GUT TUT** gehen.

Sind sie interessiert regelmässig an den Treffen teilzunehmen und im Dialog mit anderen zu sein? Dieser Gruppenaufbau wird von der Kontaktstelle Selbsthilfe Solothurn begleitet. Dort erhalten sie auch weitere Informationen und Auskünfte.

Kontaktstelle Selbsthilfe Solothurn, 062 296 93 91, info@selbsthilfesolothurn.ch oder www.selbsthilfesolothurn.ch