



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?**

Frauen und Männer aus der Region, die Angehörige sind von Menschen mit Depressionen, treffen sich im geschützten Raum der Selbsthilfegruppe. Sie tauschen sich aus und unterstützen sich so gegenseitig. In den Treffen steht die eigene Situation im Zentrum, es geht um das eigene Wohlbefinden und um das **WAS GUT TUT.**

Sind sie interessiert regelmässig an den Treffen teilzunehmen und im Dialog mit anderen zu sein? Weitere Informationen erhalten Sie unter 062 296 93 91 oder info@selbsthilfesolothurn.ch.