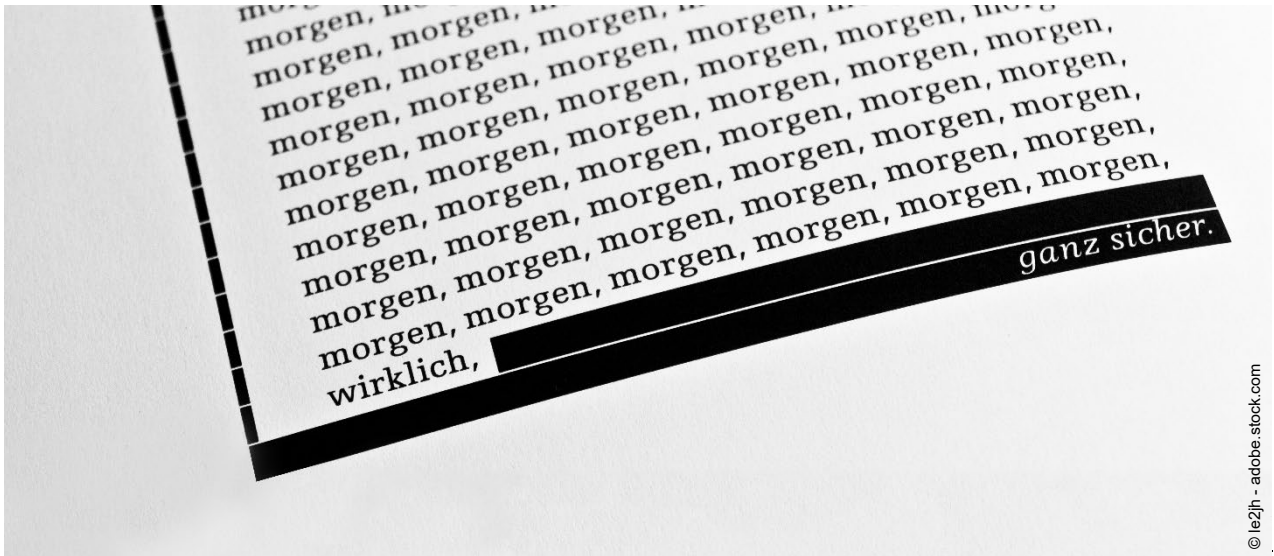




Prokrastination

Gründung einer Selbsthilfegruppe in Bern



Schieben Sie wichtige Aufgaben immer wieder auf oder vermeiden unangenehme Situationen? Geht es soweit, dass Sie mit den negativen Folgen leben müssen und darunter leiden? Vielleicht gehören Sie zu den Personen, die prokrastinieren? Prokrastination ist der Fachbegriff für krankhaftes Aufschieben und kann berufliche, schulische, akademische und private Tätigkeiten betreffen.

In Bern lancieren wir eine neue Selbsthilfegruppe für prokrastinierende Personen. Das Ziel ist, gemeinsame Erfahrungen auszutauschen und zusammen Lösungswege zu finden.

Teilnahmevoraussetzung: Sie sind psychisch weitgehend stabil.

Wagen Sie einen ersten Schritt, rufen Sie uns an und wir geben Ihnen unverbindlich weitere Informationen zum kostenlosen Angebot von Selbsthilfe BE. Selbsthilfe BE ist im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern tätig.

Informationen

Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Bern, Bollwerk 41, 3011 Bern
0848 33 99 00, info@selbsthilfe-be.ch