

Zwänge – eine Selbsthilfegruppe

Lasst uns Lösungen finden!



© E.Zacherl-AdobeStock

Du weisst, dass die Kochplatte abgestellt ist. Es ist klar, dass du auch diesmal unbeschadet bei Grünlicht über die Strasse kommst. Du bist dir bewusst: Der Anblick von Blut oder Schmutz ist harmlos. Und doch: Trotz aller Gewissheiten kannst du dem Zwanghaften nicht entfliehen.

Du willst ins Gespräch kommen mit andern Betroffenen und
... dich verstanden fühlen und offen reden können
... mit anderen lernen, einen neuen Blick zu entwickeln
... erfahren, wie andere ihr Sozial- und Berufsleben bewältigen
... über Therapieerfahrungen reden und erfahren, was andern hilft

Zur Gründung einer Selbsthilfegruppe suchen wir weitere Frauen und Männer, die sich über ihr Leben mit Zwängen austauschen wollen.

Das Informationstreffen findet am **Donnerstagabend, 11. März 2021** statt. Weitere Informationen folgen bei der Anmeldung. Die Teilnahme ist kostenlos.

Information und Anmeldung

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

Zwänge – eine Selbsthilfegruppe

Lasst uns Lösungen finden!



© E.Zacherl-AdobeStock

Du weisst, dass die Kochplatte abgestellt ist. Es ist klar, dass du auch diesmal unbeschadet bei Grünlicht über die Strasse kommst. Du bist dir bewusst: Der Anblick von Blut oder Schmutz ist harmlos. Und doch: Trotz aller Gewissheiten kannst du dem Zwanghaften nicht entfliehen.

Du willst ins Gespräch kommen mit andern Betroffenen und
... dich verstanden fühlen und offen reden können
... mit anderen lernen, einen neuen Blick zu entwickeln
... erfahren, wie andere ihr Sozial- und Berufsleben bewältigen
... über Therapieerfahrungen reden und erfahren, was andern hilft

Zur Gründung einer Selbsthilfegruppe suchen wir weitere Frauen und Männer, die sich über ihr Leben mit Zwängen austauschen wollen.

Das Informationstreffen findet am **Donnerstagabend, 11. März 2021** statt. Weitere Informationen folgen bei der Anmeldung. Die Teilnahme ist kostenlos.

Information und Anmeldung

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