



<https://biz.li/39aq>

DEPRESSIONEN: SELBSTHILFEGRUPPE SOLL GEGRÜNDET WERDEN

Veröffentlicht am 14.03.2022 um 13:02 von Redaktion LeineBlitz

In Sarstedt soll eine Selbsthilfegruppe zum Thema

Depressionen gegründet werden. Die Gruppe richtet sich an Menschen ab 30 Jahre, die von Depressionen betroffen sind. In regelmäßigen Treffen können sich die Teilnehmer*innen über ihre Erfahrungen austauschen und gemeinsam Alltagsstrategien im Umgang mit der Depression entwickeln. Auch gemeinsame Freizeitaktivitäten sind geplant. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe kann Betroffene in ihrem Alltag unterstützen, ersetzt aber nicht eine therapeutische Behandlung. Interessierte wenden sich für nähere Informationen an die Kontakt- und Informationsstelle im Selbsthilfebereich, KIBIS des Paritätischen, unter Tel 0 51 21/ 74 16-16 oder per Mail: marina.stoffregen@paritaetischer.de