

KISS-VEREIN

Selbsthilfegruppe „Depression“ trifft sich wieder

NÜRNBERGER LAND. Die Selbsthilfegruppe „Depression“ des Kiss-Vereins Nürnberger Land darf sich nach langer Zwangspause wieder treffen. Am heutigen Dienstag, 18 Uhr, sind Interessenten eingeladen, ins Röthenbacher Mehrgenerationenhaus zu kommen. Die Treffen sind kostenlos und unverbindlich.

Die Volkskrankheit Depression spielt sich laut Kiss im Verborgenen ab. Depressive Menschen befänden sich oft in einer Spirale aus hohem Erwartungsdruck an sich selbst und niedriger Selbstachtung. „Gemeinsam weg vom Dunklen- hin zu den Farben“, ist das Motto, unter dem die Röthenbacher Selbsthilfegruppe wieder startet.

Neue Kontakte knüpfen

Gut gelingen könne das durch Zuhören, Verstehen und gemeinsames Vorwärts gehen mit anderen Betroffenen. Unter Gleichgesinnten ließe es sich viel leichter über die eigene Befindlichkeit reden. Wohltuend sei es für die Teilnehmer, sich aus der eigenen Isolation zu lösen und Kontakte zu knüpfen.

INFORMATION

Interessierte können einfach vorbeikommen, oder sich vorab bei Kiss Nürnberger Land, der Kontakt- und Infostelle für Selbsthilfegruppen, unter der Telefonnummer 09151/90 844 94 informieren.