

Leuchtturm



Selbsthilfegruppe **„Für Frauen mit Traumaerfahrung“**

(ab 18 Jahren)

GEMEINSAM können wir Wege und Möglichkeiten finden und unsere Ressourcen erkennen, um mit unseren Ängsten, Krisen, Traumata und sonstigen Herausforderungen künftig besser umgehen zu können. Neue Dinge ausprobieren wie z.B. Achtsamkeits- oder Entspannungsübungen um dadurch eine positive Grundeinstellung zu erlangen.

1. Treffen

SA, 15. Oktober 2022
um 15 Uhr

-
Kiss Nbg. Land
Raum in der Grabenstr. 43 in Hersbruck

Infos :
Kiss NbgL Tel: 09151 – 90 844 94