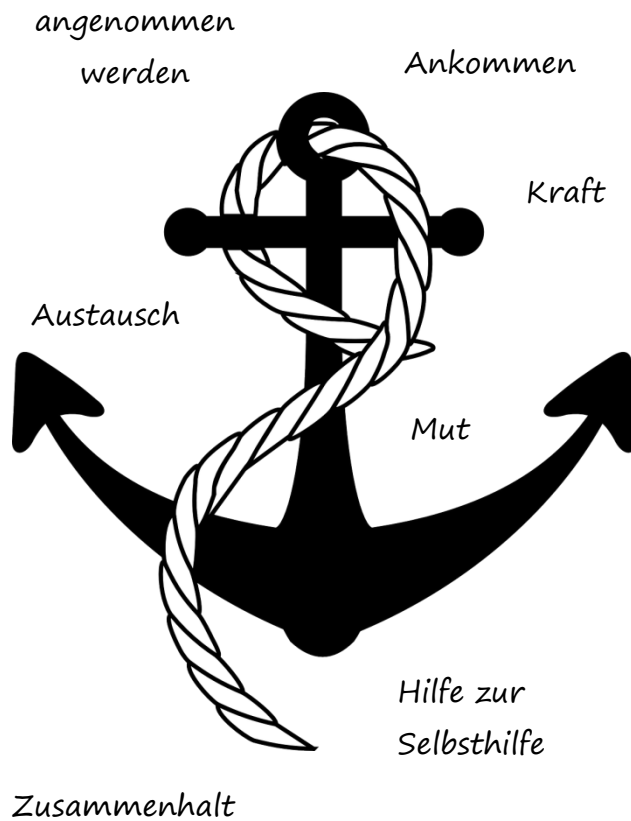


Anker Selbsthilfegruppe für PTBS-Betroffene- Frauen



Wir sind Frauen mit **PTBS**, die ihr Leben trotz aller Hindernisse meistern möchten.

Bei uns geht es um **Hilfe zur Selbsthilfe** im Alltag.

Wir unterstützen uns gegenseitig, tauschen uns auf vertrauensvoller Basis aus und dürfen hier ankommen, wie wir sind – mit allen Ecken und Kanten.

Nachdem wir **keine Therapiegruppe** sind, können Betroffene mit akuter Suizidalität, Psychosen oder akuter Suchtmittelabhängigkeit leider nicht teilnehmen.

Basis-Skills zur Gefühls- und Stressregulierung sind wünschenswert, aber keine Voraussetzung.

Treffen finden 14-tägig statt.

Weitere Infos und Anmeldung bei Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen -

Kiss Ansbach, Tel: 0981 – 97 22 480.

E-Mail: ansbach@kiss-mfr.de