

Selbsthilfegruppe Depressionen und Ängste Bickendorf

Darüber reden ist der erste Schritt
nach vorn.

Eine Gruppe kann Dir helfen, Dich
und Deine Seele zu stärken.

Wir hören zu, tauschen
Erfahrungen aus und stehen
auch mit Ratschlägen zur Seite.

Auch Trost kann Dir das Gefühl
geben nicht allein zu sein.

Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln

Tel.: 0221-95154216

(Mo. und Do 09:00 – 12:30 Uhr, Mi. 14:00 –
17:30 Uhr)

Mail: selbsthilfe-koeln@paritaet-nrw.org



Selbsthilfegruppe Depressionen und Ängste Bickendorf

Darüber reden ist der erste Schritt
nach vorn.

Eine Gruppe kann Dir helfen, Dich
und Deine Seele zu stärken.

Wir hören zu, tauschen
Erfahrungen aus und stehen
auch mit Ratschlägen zur Seite.

Auch Trost kann Dir das Gefühl
geben nicht allein zu sein.

Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln

Tel.: 0221-95154216

(Mo. und Do 09:00 – 12:30 Uhr, Mi. 14:00 –
17:30 Uhr)

Mail: selbsthilfe-koeln@paritaet-nrw.org

