



Kennst du das?

Du kaufst etwas und für einen Moment fühlt sich alles leichter an.

Doch später bleiben vielleicht Zweifel, Stress oder sogar Scham.

Damit bist du nicht allein.

Unsere Selbsthilfegruppe für Menschen mit Kaufsucht bietet einen geschützten Raum zum Austausch.

Hier kannst du:

- offen über deine Erfahrungen sprechen
- verstehen, was hinter dem Kaufimpuls steckt
- neue Strategien entwickeln
- Unterstützung von Menschen bekommen, die Ähnliches erleben

Kein Urteil. Keine Vorwürfe.

Nur ehrlicher Austausch.

Jeder Schritt zählt. Wir wollen fühlen statt den Warenkorb zu füllen.

Melde dich, wenn du dich angesprochen fühlst.

Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln

selbsthilfe-koeln@paritaet-nrw.org

0221 95 15 42 16

