



Selbsthilfegruppe

„Mediensucht“

Wir laden ein zur
Gruppengründung
am: Donnerstag, 18.4.2019
um: 19:00 Uhr
Ort: WIESE e.V.
Pferdemarkt 5
4. Etage, Raum 402
45127 Essen

Wiese e.V.
Selbsthilfeberatung in Essen



Raus aus der Mediensucht - rein ins „normale“ Leben

Meist merkt es das Umfeld eher als die Betroffenen.

Was harmlos begann, endete in einem unkontrollierten Mediengebrauch z.T. bis zur Erschöpfung, mit Unruhe, Reizüberflutung, Konzentrationsschwierigkeiten und Vernachlässigung von Körper, Haushalt und Beziehungen.

Wir wollen ein Forum für Betroffene sein und uns dabei unterstützen wieder „Herr/Frau im eigenen Haus zu werden.“ Dazu zählt ein gesunder Umgang mit den Medien. Wir wollen uns austauschen und beim Aufbau eines normalen Lebens unterstützen, in Kontakt kommen mit uns und anderen Betroffenen.

Komm vorbei...

Kontakt und weitere Infos über: WIESE e.V Telefon: 0201 - 20 76 76

mail: selbsthilfe@wiesenetz.de

<http://www.wiesenetz.ruhr>