

Was mir gut tut,
wenn's mir schlecht geht
Vortrag und Gespräch
Mit Wanda Dammann

Leitung: Wanda Dammann
Autorin & Sonderpädagogin
Wann: 23. Januar 2018, 18 – 19.30 Uhr
Wo: WIESE e.V., Großer Saal



Essen, Dezember 2018

Liebe Selbsthilfegruppenmitglieder,

in der heutigen Zeit nehmen seelische Erkrankungen zu und geraten zunehmend in den Blick der Öffentlichkeit - Burn-out, Depression und Traumata sind nur einige Beispiele. Immer häufiger kommt es auch im Familien- oder Freundeskreis zu Berührungspunkten mit diesen Themen und oftmals weiß man nicht damit umzugehen. Wie kann man Freunde oder Angehörige in einer schwierigen Zeit unterstützen? Was kann man in schwierigen Zeiten für sich selber tun? Wie kann ein positiver Umgang mit seelischen Belastungen im Alltag gefunden werden? Auf diese und weitere Fragen geht Wanda Dammann im Verlauf der Veranstaltung ein. Sie steht für Fragen aus dem Publikum zur Verfügung und gibt ihre Erfahrungen weiter.

*Wir bitten um Anmeldung per Mail oder Telefon bis spätestens **17. Januar 2018** bei WIESE e.V., die Teilnehmerzahl ist begrenzt.*

Wir freuen uns auf Sie!

Herzliche Grüße



Michaela Weber-Freitag