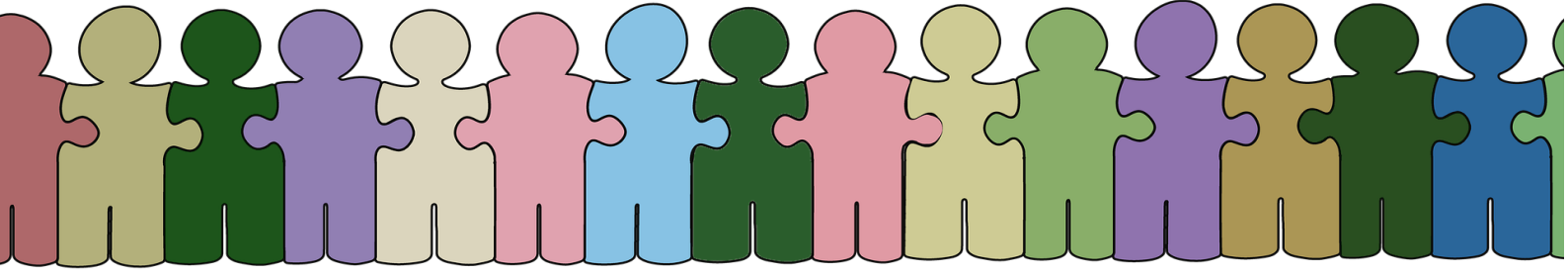


# AKTUELLE NEWS



Die Kette e.V. – Bremerstr.14 – 27749 Delmenhorst – [post@die-kette-ev.de](mailto:post@die-kette-ev.de) – [www.die-kette-ev.de](http://www.die-kette-ev.de)

## Neue Selbsthilfegruppe **ANGEHÖRIGE** bei die Kette e.V.

**News** | 02.04.2024 Quelle: Kette e.V. Delmenhorst

**Jeden ersten Montag im Monat von 17:00 bis 19:00 Uhr** treffen sich Angehörige von Personen, die unter Depressionen, Ängsten und Panikattacken leiden. In unserer Selbsthilfegruppe bieten wir einen sicheren Raum zum Austausch von Informationen und Erfahrungen.

Als Angehörige stehen wir oft vor Herausforderungen und möchten uns gegenseitig unterstützen. Gemeinsam können wir uns über bewährte Strategien, Ressourcen und Unterstützungsmöglichkeiten informieren und stärken.

Wir laden Sie herzlich ein, Teil unserer Selbsthilfegruppe zu werden und sich mit Gleichgesinnten auszutauschen. Zusammen können wir Wege finden, um besser mit den Herausforderungen umzugehen, die eine Depression, Angst oder Panik in unserem Umfeld mit sich bringen.

## Selbsthilfegruppe am Donnerstag bei die Kette e.V.

**News** | 08.04.2024 Quelle: Kette e.V. Delmenhorst

Liebe Mitglieder und Teilnehmer unserer Selbsthilfegruppe, wir möchten euch herzlich zu unserem wöchentlichen Treffen am Donnerstag einladen. Wie gewohnt kommen wir zusammen, um uns in einer unterstützenden und vertrauensvollen Umgebung auszutauschen.

### **Jeden Donnerstag ab 19 Uhr**

Unsere Selbsthilfegruppe bietet Raum für Angehörige und Betroffene, um über psychische Erkrankungen zu sprechen, Erfahrungen zu teilen und gegenseitige Unterstützung zu finden. Wir wissen, wie wichtig es ist, sich gehört und verstanden zu fühlen, und wir möchten jedem die Möglichkeit geben, seine Gedanken und Gefühle in einem sicheren Umfeld auszudrücken.

Egal, ob ihr persönliche Geschichten teilen möchtet, Fragen habt oder einfach nur zuhören möchtet - bei uns seid ihr willkommen. Zusammen können wir stärker sein und Wege finden, mit den Herausforderungen umzugehen, die psychische Erkrankungen mit sich bringen.

Wir freuen uns auf eure Teilnahme und darauf, gemeinsam einen unterstützenden Raum zu schaffen, in dem wir uns gegenseitig helfen können.

Anmeldung unter Telefon 04221-4500590 - Email ; [Kai@die-Kette-kette-ev.de](mailto:Kai@die-Kette-kette-ev.de)