



Zentrum Selbsthilfe

Finde andere. Finde dich.



Selbsthilfegruppe für Menschen mit einer chronischen psychischen und/oder physischen Erschöpfung

Ständige Müdigkeit und Erschöpfung können durch verschiedene Erkrankungen ausgelöst werden, physische als auch psychische. Leider kann diese Erschöpfung manchmal lange anhalten und sowohl das berufliche als auch das private Leben sehr erschweren. Häufig stossen die Betroffenen beim Umfeld auf Unverständnis oder sogar Ablehnung.

Aus dieser Erfahrung heraus will ich gerne eine Gruppe gründen, in der Betroffene einen geschützten Raum finden, um offen über ihre Probleme zu sprechen, Erfahrungen auszutauschen und Lösungen für den Alltag zu finden.

Fühlst Du Dich angesprochen? Nähere Infos und Anmeldung:

Zentrum Selbsthilfe

Feldberstrasse 55

4057 Basel

061/ 689 90 90

mail@zentrumselbsthilfe.ch

www.zentrumselbsthilfe.ch