



**Wir bewegen –
was uns verbindet**

Selbsthilfegruppen in der Region Oldenburg

OFFENE SPRECHZEIT FÜR INTERESSIERTE AN EINER SELBSTHILFE- GRUPPE

Eine Kooperation der Karl-Jaspers-Klinik mit
der BeKoS – Beratungs- und Koordinationsstelle
für Selbsthilfegruppen

Psychiatrieverbund Oldenburger Land gGmbH

KARL-JASPERS-KLINIK

SCHON MAL AN SELBSTHILFEGRUPPE GEDACHT?

Suchen Sie eine Selbsthilfegruppe oder möchten Sie sich über Selbsthilfe informieren? Dann nutzen Sie die offene Sprechzeit und informieren sich über das Angebot der Selbsthilfekontaktstelle aus der Region.

In Selbsthilfegruppen kommen Menschen zusammen, die unter einem gemeinsamen Problem leiden, um mit vereinten Kräften etwas zu dessen Überwindung beizutragen. In der Gruppe helfen und stärken sie sich gegenseitig und werden zusammen aktiv. Es tut gut zu merken, dass man nicht alleine mit seinem Problem da steht.



WANN?

Jeden 1. Donnerstag im Monat (außer an Feiertagen), von 14.30 – 16.00 Uhr.

WO?

Karl-Jaspers-Klinik
Clubraum (Pforte)
Hermann-Ehlers-Straße 7
26160 Bad Zwischenahn

KONTAKT

BeKoS – Beratungs- und Koordinationsstelle für Selbsthilfegruppen, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg, Tel. 0441 884848 · info@bekos-oldenburg.de