

SELBSTHILFE PSYCHISCHE BELASTUNG ERWERBSLOSIGKEIT

Zeit für Gesundheit zu finden ist für erwerbslose Menschen mit psychischer Belastung im Alltag oft gar nicht so einfach. Wir sind überzeugt, dass es gemeinsam einfacher ist, gute Wege zu finden. Sich gegenseitig zu unterstützen ist ein guter Weg.

Zwischen den unangenehmen Situationen und Stigmatisierungen, die oft in der Erwerbslosigkeit Menschen zusätzlich belasten, hat jeder eigene Lösungen. Die Selbsthilfegruppe psychische Belastung Erwerbsloser Trier bietet für die gegenseitige Unterstützung und den Austausch Betroffener einen besonderen Rahmen.

Für Interessierte trifft sich in der Regel **jeden 1. Dienstag im Monat um 20 Uhr online** und bietet einmal im Monat online einen Raum zum Austausch. Eingeladen sind erwerbslose Menschen aus der Umgebung von Trier und Rheinland-Pfalz, die sich einen Austausch im Rahmen der Selbsthilfe wünschen.

Da uns für den Austausch ein vertraulicher Rahmen wichtig ist, ist die Zahl der Teilnehmenden begrenzt. Bitte melden Sie sich unter **selbsthilfe@zeit-fuer-gesundheit-trier.de** an.

Eine Selbsthilfegruppe in Trier vor Ort ist in Planung. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und beantworten gerne vorab weitere Fragen.

