



Verein für psychosoziale Dienste
Bahnhofstr. 3 | 4070 Eferding
t 07272 / 7020
psz.ef.beratung@exitsozial.at

Neues Gruppenangebot in der Beratungsstelle Eferding: „COVID-19 – eine anhaltende Pandemie – Was nun und wie geht es weiter?“

Am Montag, den 27. September 2021, starten wir um 15:00 Uhr im Psychosozialen Zentrum Eferding von EXIT-sozial, Bahnhofstr. 3, eine neue Gruppe für Menschen, die Schwierigkeiten haben mit der anhaltenden Pandemie einen Umgang zu finden und dabei Unterstützung suchen.

Die Gruppe ist für Menschen, die sehr isoliert leben, soziale Ängste haben, selbstunsicher sind, ... sich aber trotz dieser Schwierigkeiten in einem geschützten Rahmen mit anderen austauschen und Beratung im Rahmen einer Gruppe in Anspruch nehmen möchten.

Ziele der Gruppe:

- Sozialkontakte erleben und mit anderen kommunizieren
- Sozialen Rückzug verringern, Abbau von sozialen und anderen Ängsten
- Sich über die eigenen Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen klarer werden
- Ein Gefühl der Zugehörigkeit und Akzeptanz finden
- Stärkung von Selbstwirksamkeit und Selbstsicherheit
- Förderung vorhandener Ressourcen und Fähigkeiten
- Entwickeln von neuen Perspektiven

Voraussetzungen für die Teilnahme:

- Interesse am Kontakt mit anderen Menschen
- Ab 16 Jahren
- Keine akute psychiatrische Krise oder Probleme mit Drogen und Alkohol
- Anmeldung unter 07272/7020 oder psz.ef.beratung@exitsozial.at



Beginn: Montag 27. September 2021 von 15:00 bis 16:30 Uhr
weitere Termine 25.10.21, 22.11.21, 20.12.21

Ort: Gruppenraum im Psychosozialen Zentrum Eferding, I. Stock,
Bahnhofstr. 3, 4070 Eferding

Leitung: Carmen Aichern (Leitung PSZ Eferding und Beraterin)

Anmeldung: Bei Interesse melden Sie sich bitte unter 07272/7020 oder
psz.ef.beratung@exitsozial.at

Begrenzte TeilnehmerInnenzahl! Unser Angebot ist kostenlos!