

BEGLEITETE SELBSTHILFGRUPPE „Leben mit Zwängen“

Ein Angebot für Menschen, welche unter

Zwangshandlungen, Zwangsgedanken oder zwanghaftem Grübeln

leiden oder Erfahrung damit haben, sowie für deren Angehörige.

Betroffene und Angehörige tauschen in der Gruppe Erfahrungen und Informationen aus - der Austausch und die persönliche Auseinandersetzung mit Anderen ermöglicht mehr Verständnis für sich selbst.

Die Teilnahme ist anonym und kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, ein Einstieg jederzeit möglich – vor der ersten Teilnahme ist eine vorherige kurze Kontaktaufnahme wünschenswert.

WANN: jeden (meist) **vierten Mittwoch** (neu) im Monat von 18.00 bis 20.00 Uhr
27. Sept, 25. Okt., 22. Nov. und **20. Dez.** (3.! Mi) 2023 sowie
17. Jän. (3.! Mi), 28. Feb., 27. März, 24. April, 22. Mai und **19. Juni** (3.! Mi) 2024

WO: Gesundheitszentrum der ÖGK
Garnisonstraße 1a/2. Stock, 4020 Linz

BEGLEITUNG Dr. G. Gruber, M. Haselgruber

KONTAKT/INFO: PSZ EXIT-sozial 0732 / 719 719 pszlinz.beratung@exitsozial.at
Infoportal der Gruppe zwaenge.org

Hinweis: 20-jähriges Jubiläum, Feier und offener überregionaler Austausch am
Mi den **8. Nov. 23** ab 17 Uhr im PSZ EXIT-sozial, Wildbergstr. 10 a, 4040 Linz

Mitglied der



selbsthilfe oö – Dachverband der Selbsthilfegruppen – Tel 0732 / 79 76 66

www.selbsthilfe-ooe.at