



SELBSTHILFE WINTERTHUR
SCHAFFHAUSEN

Selbsthilfegruppe

Elternsein

mit psychischer Erkrankung

Die Herausforderung, mit einer Depression zu leben, ist für mich als Elternteil eine spezielle. Lässt dich das Gefühl der Kraftlosigkeit auch fragen, wie es weitergehen kann?

- Welche Therapie hilft wirklich weiter?
- Welche Herausforderungen stellen sich bei einer Behandlung oder stationären Therapie?
- Wie bespreche ich meine Krankheit mit meinen Kindern und welche Unterstützung können wir ihnen anbieten?
- Welche Auswirkungen hat meine Diagnose auf die gemeinsame Elternverantwortung?

Wenn du dich auch mit diesen Fragen beschäftigst, und auf der Suche nach neuen Kraftquellen bist, melde dich doch. Ich freue mich, wenn wir uns gegenseitig unterstützen.

Die Selbsthilfegruppe trifft sich monatlich, Donnerstag von 19:30 – 21:00. Anmeldung und weitere Informationen.