

MENTALFORUM



Dein Alltag wächst dir manchmal über den Kopf?

Du fühlst dich alleine oder unverstanden mit deinen Sorgen?

Du fühlst dich psychisch belastet?

Das Mentalforum ist eine fachlich angeleitete Gruppe. Diese bietet einen geschützten Raum, um miteinander über psychische Belastungen, Ressourcen, Stärken und Schwächen oder Erklärungsansätze in den Austausch zu gehen. Gemeinsam kann hier Verständnis und Unterstützung gefunden werden.

Leitung: Christina Holst

Kontakt: 0176/79864161; c.holst@brueckeelmshorn.de

Brückenhof Elmshorn, Neue Straße 7: **Montags 17:30-19:00 Uhr**

Kleine Brücke'n Twiete Uetersen, Kleine Twiete 72: **Donnerstags 18:00-19:00 Uhr**

Anmeldung ist erforderlich

Bei Fragen melde dich jederzeit gern telefonisch oder per Mail