

Online-Schnupperstunde

Gruppenangebot zu seelischer Gesundheit

Termine 2026

19. Januar
18. Februar
17. März
16. April
20. Mai
18. Juni
13. Juli*
03. September
11. November
17. Dezember



In Zusammenarbeit mit
Essener Selbsthilfegruppen

Was belastet mich zurzeit?
Welche Anzeichen sollte ich ernst nehmen?
Welche Wege haben anderen, seelisch erkrankten Menschen geholfen?
Welcher Weg erscheint mir hilfreich?

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass ein Austausch mit Menschen in ähnlicher Situation auch gut digital funktioniert und bereichernd sein kann.

**diese Schnupperstunde findet analog im Haus der Begegnung (l. Weberstr. 28, 45127 Essen) statt*

WIESE e.V. moderiert die Veranstaltung, die Selbsthilfegruppenmitglieder stellen ihr Erfahrungswissen den Teilnehmenden zur Verfügung.

Für Ihre Teilnahme benötigen wir eine Anmeldung per Mail oder Telefon (0201-207676). Sie erhalten dann von uns die Zugangsdaten.
Die Videokonferenz ist für Sie kostenlos und findet über Zoom statt.

Die Plätze sind begrenzt.

Wir freuen uns auf Sie!

selbsthilfe@wiesenetz.de

Wiese e.V.
Selbsthilfeberatung in Essen