

**Wir führen eine
OFFENE GRUPPE,
die JEDEN gerne aufnimmt,
Einstieg jederzeit möglich !**

**Das Motto unserer Selbsthilfegruppe:
„Wege mit Herz zurück ins Leben, wenn
die Seele leidet“ ist uns ein besonderes
Anliegen, denn:**

**der achtsame, respektvolle Umgang mit
uns selbst und den Anderen ist uns
sehr wichtig.**

Nur durch

- **Diskretion und**
- **Möglichkeiten zur Abgrenzung**

kann

- **Ehrlichkeit und Vertrauen**

entstehen, damit

- **Offenheit einen echten
Erfahrungsaustausch**

möglich macht.

**Außerdem unterstützen wir Sie
durch:**

- **persönliche Einzelgespräche
telef. Terminvereinbarung erbeten**
- **ärztliche „Fragestunden“
Termine dazu werden gesondert
bekannt gegeben**

**Mit uns
können
Sie reden ...**

**... weil wir selbst unter Depressionen,
Angst + Panik oder anderen seelischen
Beeinträchtigungen leiden oder sie
bereits erfolgreich bewältigt haben.**

**... weil wir Ihnen dadurch
Unterstützung, Beratung und Informa-
tionen anbieten können, damit auch
SIE**

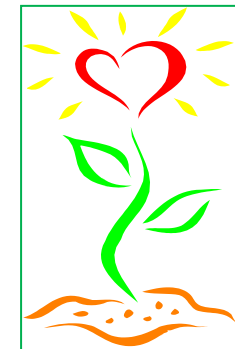
- **durch Erweiterung Ihres Wissens
über die Krankheit selbst zu mehr
Sicherheit finden,**
- **durch neue Sichtweisen eine
positivere Einstellung zum Leben
gewinnen und so**
- **die eigenen Selbstheilungskräfte
(wieder) - entdecken und stärken
lernen und**
- **trotz allem wieder mehr Lebens-
qualität finden !**

**Wir danken für die freundliche
Unterstützung**



**HSSG Landesverband NÖ.
Tel. 0664/404 05 41
Mail: hssg@hssg.at**

**SeGel
Arbeitsgruppe
zur Stärkung
der seelischen
Gesundheit Tulln**



bietet Ihnen

**Wege mit Herz
zurück ins Leben
wenn Ihre Seele leidet !**

Gruppenkontakte:

**Traude Izaak
Tel. 0664/593 45 84
Mail: traude.izaak@aon.at**

**Annemarie Thalauer
Tel. 0650/634 65 32**

WIR SIND

eine Gruppe von Betroffenen, die gemeinsam aktiv an einer Verbesserung ihrer seelischen Gesundheit arbeiten.

Menschen mit

- Depressionen
- Angst- und Panikstörungen
- Psychiatrie-Erfahrungen
- Psychosen
- psychosomatischen Beschwerden
- Burn-out und allen Formen von seelischen Leid

finden bei uns

- **Unterstützung**
- **Beratung**
- **Information**

in einer geschützten, liebevollen Gruppenatmosphäre.

Wir betrachten unsere Seele als unseren ganz persönlichen wunderschönen Garten. Wir selbst – und niemand sonst – haben die Kraft und auch die Pflicht dafür zu sorgen, dass die Pflanzen in diesem Garten wachsen und gedeihen.

Was ist zu tun, damit auch Ihr „Seelengarten“ gut gelingt?

WIR TREFFEN UNS

**jeden letzten Donnerstag
im Monat
von 16:00 bis 18:00 Uhr im
Vereinslokal „Gesundes Tulln“
3430 Tulln, Nibelungengasse 11**

Auskünfte über eventuelle Terminverschiebungen bzw. nähere Informationen erhalten Sie bei unserem

Gruppen(beg)leitungsteam

**Traude Izaak
Diplomlebensberaterin
und Annemarie Thalauer
Gruppenkontaktperson**

Achtung: Die Teilnahme an der Selbsthilfegruppe ersetzt keine fachärztliche Behandlung !!

Wir senden Ihnen auf Wunsch gerne ausführliche Broschüren, sowie Ankündigungen über aktuelle Veranstaltungen zu.

**REDEN SIE MIT UNS –
wir verstehen Ihre Situation und
sprechen IHRE Sprache !**

**Unsere Gruppe
besteht seit über zehn Jahren
und ist**

Mitglied des



**DACHVERBANDES der
NÖ SELBSTHILFE**

**Sie finden weitere wertvolle
Informationen im:**

Dachverband der NÖ. Selbsthilfe
Tel. 02742/22 6 44, Fax: 02742/22 6 86
E-Mail: info@selbsthilfenoe.at

Verein „Gesundes Tulln“
Tel. 0664/806 90 129
Mail: gesundestulln@aon.at

und beim Verein



Seelische Gesundheit leben lernen
Lebens-Schule für die Seele

**Obfrau Traude Izaak
3040 Neulengbach, Tel. 0664/593 45 84**