

Gruppe für Frauen in Trennungssituationen

Icon made by Freepik from www.flaticon.com



Informationsabend 11.9.2017

- zehn Treffen
- montags
- 19 - 21 Uhr
- vierzehntägig

Mädchen- und Frauenzentrum Garbsen e.V.

Telefon 05137 - 12 22 21

Planetenring 10, 30823 Garbsen

info@frauenzentrum-garbsen.de

www.frauenzentrum-garbsen.de

Gruppe für Frauen in Trennungssituationen

Eine Trennung ist ein schmerzhafter Prozess, der mit intensiven Gefühlsschwankungen und ambivalenten Gedanken verbunden ist. Lebenskonzepte geraten ins Wanken. Zukunftsängste können entstehen. Gleichzeitig sind viele Entscheidungen zu treffen.

Die angeleitete Selbsthilfegruppe kann dabei unterstützen:

- sich von Gefühlen und Gedanken zu lösen, die die Trennung erschweren.
- sich mit der veränderten Lebenssituation zurechtzufinden
- die anstehenden Dinge zu bewältigen.
- wieder Zugang zu Stärken und Ressource zu finden
- neue Perspektiven zu entwickeln.

Offene Beratungssprechstunden

Mo 18.00-19.00 Uhr

Mi 11.00-12.00 Uhr

Telefonische Sprechzeiten

Mi und Do 12.00-13.00 Uhr



Niedersächsisches Landesamt für
Soziales, Jugend und Familie