

Begleitete Gruppe für Frauen

Das Blaue Kreuz Graubünden setzt das Angebot Selbsthilfegruppe für Frauen fort.

Frauen, die in ihrem Alltag weniger oder gar keinen Alkohol mehr trinken möchten, finden Raum für den gegenseitigen Erfahrungsaustausch. Es werden andere Mittel und Wege gefunden, mit Stress, Überlastung, Langeweile und Sorgen umzugehen als wie bisher mit Alkohol.

Die Inhalte werden von den Teilnehmerinnen bestimmt und gemeinsam bearbeitet. Eine Fachfrau steht der Gruppe begleitend zur Seite. Alle Teilnehmerinnen unterstehen der Schweigepflicht.

Wo: Im Familienzentrum Planaterra, Reichsgasse 25 in Chur

Wann: Alle 2 Wochen ab Donnerstag, 26. September 2019 von 17.00h bis 18.30h

Kosten: 60.- insgesamt. Bitte am ersten Abend mitbringen.

Folgende Termine sind vorgesehen:

26. September	21. November
10. Oktober	05. Dezember
24. Oktober	19. Dezember
07. November	9. Januar

Anmeldung: Blaues Kreuz GR 081 252 43 37/41 | beratung@blaueskreuz.gr.ch