

Geleitete Selbsthilfegruppe 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 hier einen Ort, wo im gegenseitigen Austausch andere Mittel und Wege gefunden werden um mit Stress, Überlastung, Langeweile und Sorgen umzugehen als wie bisher mit Alkohol. Die Selbsthilfegruppe bietet Raum für den Erfahrungsaustausch unter Frauen, die ein ähnliches Schicksal teilen. 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 14 Tage Donnerstag von 17.45h bis um 19.30h
Moderation: Manuela Perrinjaquet, Beratungsstelle Blaues Kreuz Graubünden

Folgende Termine sind vorgesehen:

2018	Unkostenbeitrag von 70.- für die sieben Treffen bitte zum ersten Treffen mitbringen. Danke! Bei Teilnahme an 5 von 7 Treffen wird am Schlussabend die Hälfte des Betrages zurückerstattet.
19. Juli	
2. August	
16. August	
30. August	
13. September	
27. September	
11. Oktober	

Anmeldung bei:

Manuela Perrinjaquet
 Blaues Kreuz Graubünden
 Beratungsstelle
 Alexanderstrasse 42, 7000 Chur

Telefon 081 252 43 37
 E-Mail beratung@blaueskreuz.gr.ch

www.blaueskreuz.gr.ch

