



IHRiSS

Treffpunkt und Beratung für Frauen mit
und ohne Psychiatrieerfahrungen

Gesprächsgruppe

für junge

Frauen

Intersexuelle Personen

Nicht-binäre Personen

Trans Personen

zwischen 18 – 30 Jahren

Du fühlst dich gereizt, überlastet, du empfindest
Weltschmerz oder möchtest dich über aktuelle
Belastungen austauschen?

In dieser Gruppe möchte ich dir einen Raum dafür geben.
Neben psychoedukativen Inputs zum Thema
Krankheitsbilder, Achtsamkeit und Entspannungstechniken,
wird es viel Raum geben euch über die Belastungen und
auch die schönen Seiten eines jungen Lebens
auszutauschen.

Wir wollen diese Gruppe gemeinsam entstehen und
wachsen lassen und gemeinsam die Themen festlegen,
über die wir sprechen wollen.

WANN: ab Dienstag den 17.05. 18:00 – 19:45, alle zwei
Wochen (gerade Wochen)

WO: In der Frauenberatungsstelle Ihriss in der Jeßstraße 3

WIE: komm gerne zum ersten Termin einfach ohne
Voranmeldung vorbei (wenn du dich wohler fühlst, vorher
einmal anzurufen und etwas vorzufühlen, dann melde dich
gerne unter 0431 / 63697)

ich freue mich auf dich!

Isabella