

Selbsthilfegruppen in Feldbach: Gemeinsam durch psychische Krisen!

In Feldbach bietet der Verein Achterbahn monatliche Selbsthilfegruppen für psychisch Belastete an.
Austauschtreffen: 2. und 4. Donnerstag.



Bindergasse 5, 8330 Feldbach, Österreich - In der Südoststeiermark startet eine wichtige Initiative zur Unterstützung von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen. Der Verein Achterbahn eröffnet wieder Selbsthilfegruppen im Psychosozialen Zentrum Feldbach. Oft ist der Austausch mit Gleichgesinnten der erste Schritt zur Heilung – und genau das wird hier angeboten. Ab dem 9. Januar 2025 treffen sich die Gruppen jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat in der Bindergasse 5, von 15:30 bis 18:00 Uhr, wie meinbezirk.at berichtet.

Wichtige Unterstützung für Betroffene

Rund jeder vierte Österreicher leidet mindestens einmal im Leben an psychischen Erkrankungen, wobei Depressionen, Angsterkrankungen und Burnout besonders häufig auftreten. Diese Themen sind nicht nur vielseitig, sie bringen oft auch eine soziale Isolation mit sich. Daher ist es entscheidend, Räume zu schaffen, in denen offen über diese Herausforderungen gesprochen werden kann. Die Selbsthilfegruppen der Achterbahn bieten diesen Raum, und die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht nötig. Ein weiterer Vorteil: Die Gruppen werden von erfahrenen Experten geleitet, die den Betroffenen zur Seite stehen, wie **hilfswerk.at** hervorhebt.

Diese Maßnahmen sind nicht nur unterstützend, sie tragen auch dazu bei, das Bewusstsein für psychische Gesundheit zu schärfen und Betroffenen die nötigen Hilfestellungen zu bieten. Die Termine für das erste Quartal 2025 sind somit ein voller Erfolg und bieten eine wertvolle Gelegenheit für alle Beteiligten, sich auszutauschen, zu reflektieren und neue Perspektiven zu gewinnen.

Details	
Ort	Bindergasse 5, 8330 Feldbach, Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.meinbezirk.at• www.hilfswerk.at

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at