



SELBSTHILFEAARGAU

Gründung der Selbsthilfegruppe

Liebeskummer Trennungsschmerz

Liebeskummer tut weh – Manchmal so sehr, dass alles andere in den Hintergrund rückt. Gefühle von Trauer, Leere, Wut oder Einsamkeit können überwältigend sein. Du musst damit nicht allein bleiben.

Gemeinsam tauschen wir uns über unsere Gedanken, Gefühle und Erfahrungen aus- wertfrei, respektvoll und auf Augenhöhe. Wir unterstützen uns gegenseitig dabei, die eigene Stärke wiederzuentdecken, neue Perspektiven zu gewinnen und Schritte in emotionaler Heilung zu gehen.

Die Gruppe schenkt Halt, Entlastung und neue Perspektiven auf deinem Weg zurück zu dir selbst. Es hilft darüber zu reden.

**Du bist willkommen so wie du bist.
Es sind alle Geschlechter und Altersgruppen eingeladen**

Weitere Informationen zur Gruppe im Aufbau und Anmeldung

Selbsthilfe Aargau

Tel. 056 203 00 20 oder per E-Mail info@selbsthilfe-ag.ch