

Selbsthilfegruppe Burnout



Was tun nach einem Burnout?

Sind Ihre Batterien leer und Sie fürchten sich vor einem Rückfall?

Sie möchten dafür sorgen, dass das nicht wieder vorkommt?

Das Gespräch unter Betroffenen ermöglicht Ihnen eine gemeinsame Auseinandersetzung mit dem Thema Erschöpfung. Die regelmässigen Treffen dienen der Reflexion und gegenseitigen Unterstützung.

Ziel Erfahrungen austauschen und Verständnis erhalten. Neue Verhaltensmuster ausprobieren und den Mut zu einer Veränderung finden.

Treffen in der Stadt Zug Nähe Bahnhof

Weitere Informationen

Kontaktstelle Selbsthilfe Zug

041 725 26 15, selbsthilfe@eff-zett.ch

www.eff-zett.ch