

## Wir laden Sie herzlich ein!

Die Selbsthilfegruppe trifft sich

**jeden Dienstag 10 - 12 Uhr**

im

**DRK Ortsverein Glinde e.V.**

**Sozialraum**

Dorfstraße 17 b (Parterre)

21509 Glinde

### Information + Anmeldung

Gruppenleitung

Telefon: 040 - 309 310 48

Mail: [info@drk-glinde.de](mailto:info@drk-glinde.de)

**DRK Kreisverband Stormarn e.V.**

Frau Plambeck

Telefon: 04531 - 17 81 14

Mail: [sozialarbeit@drk-stormarn.de](mailto:sozialarbeit@drk-stormarn.de)

[www.drk-glinde.de](http://www.drk-glinde.de)

## Wir sind für sie da!

Auch wenn Sie nicht gleich den Schritt in eine Gesprächsgruppe gehen möchten, können Sie gerne Kontakt mit uns aufnehmen.

Telefon: 040 - 309 310 48

**Rufen Sie uns gerne an!**



DRK Ortsverein  
Glinde e.V.



## „Hilfe zur Selbsthilfe“

in der

**Glinde Gesprächs Gruppe**



**Für Menschen die in  
schwierigen Lebenssituationen  
Unterstützung suchen**

### Impressum

DRK Ortsverein Glinde e.V.

Dorfstraße 17a

21509 Glinde

Mail: [info@drk-glinde.de](mailto:info@drk-glinde.de)

[www.drk-glinde.de](http://www.drk-glinde.de)

Bildnachweis: S. Hofschlaeger – pixelio.de, Joujou – pixelio.de,  
daniel stricker– pixelio.de, Lupo – pixelio.de, Rainer Sturm – pixelio.de

Unterstützt durch

IKK Nord

AOK NORDWEST

ARGE Selbsthilfeförderung S-H





**Für viele Menschen gerät die Welt aus den Fugen.**

**“Nichts ist mehr wie früher”**

Wir wollen Ihnen Mut machen

und die **„Hilfe zur Selbsthilfe“**

für Sie aktivieren.

**Wir sind für Sie da!**

**Werden Sie jetzt aktiv und machen Sie den 1. Schritt.**

**Kommen Sie gerne in unsere Selbsthilfegruppe.**

Sie können von den

- Erfahrungen
- Informationen
- vielen Tipps

anderer Betroffener profitieren!

**Werden Sie wieder selbst aktiv!**

**Wir möchten Ihnen Mut machen, damit Sie wieder gut und lebensfroh in den Alltag schauen können.**

**Wir bieten Fachvorträge zu verschiedenen Themen aus dem Bereich Coaching und Gesundheit z.B.:**

- Stressmanagement
- Selbstwahrnehmung
- Burn-out
- Umgang mit Konflikten
- Work-Life-Balance
- Ängste, etc.

**Je nach Wünschen oder Notwendigkeiten der Teilnehmer- und Teilnehmerinnen.**