



Begleitete Selbsthilfegruppe

„Leben mit Zwängen“

Ein Angebot für Menschen, welche unter

Zwangshandlungen, Zwangsgedanken oder zwanghaftem Grübeln

leiden oder Erfahrung damit haben,
sowie für deren Angehörige

Betroffene und Angehörige tauschen in der Gruppe Erfahrungen und Informationen aus - der Austausch und die persönliche Auseinandersetzung mit anderen ermöglicht mehr Verständnis für sich selbst.

Die Teilnahme ist anonym und kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, ein Einstieg jederzeit möglich – vor der ersten Teilnahme ist eine vorherige kurze Kontaktaufnahme wünschenswert.

WANN: jeden meist **vierten!** (neu) Mittwoch im Monat von 18.00 bis 20.00 Uhr
27. Sept, 25. Okt., 22. Nov., und **20. Dez.** (3.!Mi) 2023 sowie
17. Jän. (3.!Mi), 28. Feb., 27. März, 24. April, 22. Mai und **19. Juni** (3.!Mi) 2024

WO: **Gesundheitszentrum der ÖGK**, Garnisonstraße 1a/2. Stock, 4020 Linz

BEGLEITUNG: Dr. G. Gruber und M. Haselgruber

KONTAKT/INFO: PSZ EXIT-sozial 0732/719 719 pszlinz.beratung@exitsozial.at

Infoportal der Gruppe zwaenge.org

Hinweis: 20-jähriges Jubiläum, Feier und offener überregionaler Austausch am
Mi den **8. Nov. 23** ab 17 Uhr im PSZ EXIT-sozial, Wildbergstr. 10 a, 4040 Linz

Mitglied der selbsthilfe oö – Dachverband der Selbsthilfegruppen – Tel.: 0732 79 76 66
www.selbsthilfe-ooe.at

EXIT-sozial