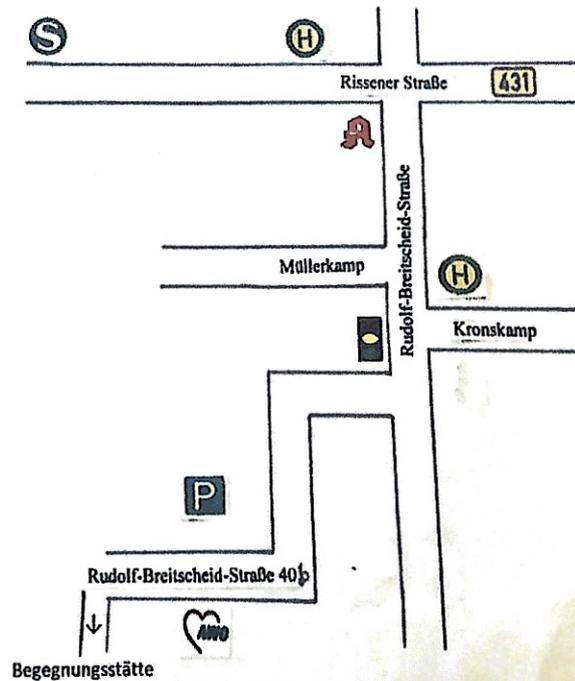


**Angst
Selbsthilfe**
Wedel
Ängste und Depressionen



Ansprechpartnerin: Heidi
Tel.: 0160/98144649
E-Mail: heidi.kroeger@gmx.de
Unsere Gruppentreffen:
Jeden 2. und 4. Mittwoch
19:00 bis 21:00 Uhr
von November bis März
18:00 bis 20:00 Uhr
in der
AWO Begegnungsstätte
Rudolf-Breitscheid-Straße 40b
22880 Wedel



Unsere Ziele

- **Ängste annehmen und lernen mit ihnen umzugehen und zu leben**
- **Gemeinsam Lösungen für belastende Situationen zu finden**
- **Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit stärken**
- **Zu sich selbst ohne Minderwertigkeitsgefühl stehen zu dürfen**
- **Im Gespräch Erfahrungen austauschen**

