



**SELBSTHILFEAARGAU**

Selbsthilfegruppe

## Zwangsstörungen

**Gehören Zwangshandlung, -rituale, -gedanken und/oder -impulse zu deinen täglichen Begleitern?**

**Fühlst du dich mit deiner Krankheit manchmal allein und wünschst dir den Austausch mit anderen Betroffenen?**

**Mit diesem Wunsch bist du nicht allein!**

Wir suchen interessierte Personen für die Gründung einer Gesprächsgruppe in Aarau.

### **Mögliche Inhalte und Ziele der Gruppe:**

- Dialoge über das alltägliche Leben mit einer Zwangsstörung
- Austausch von Tipps und Tricks im Umgang mit der Krankheit im Alltag
- Das Gefühl erleben, nicht allein mit der Krankheit zu sein
- Wertvolle Kontakte und Gespräche schaffen

Der Gruppenaufbau erfolgt in Aarau mit Unterstützung der Selbsthilfe Aargau.

### **Weitere Informationen zur Gruppe und Anmeldung**

Selbsthilfe Aargau

Tel. 056 203 00 20 oder per E-Mail [info@selbsthilfe-ag.ch](mailto:info@selbsthilfe-ag.ch)