

## **Stärkung nach Stress- und Burnout- Erkrankungen**

***„Verstehen und  
verstanden werden!“***

**Nicht einsam,  
sondern gemeinsam!**



Jeder Mensch stellt sich seinen Herausforderungen.

Doch was ist, wenn Du nicht mehr „richtig“ funktionierst, Dir alles zu viel wird und Du Dir selber fremd bist?

Und was ist, wenn Du schon eine Erkrankung hattest und es Dir nicht gelingt, den Tagesablauf wie früher zu gestalten?

Du fühlst Dich antriebslos und müde und möchtest Dich am liebsten verstecken?

Dann bist Du hier genau richtig!

In einer Gruppe wirst du gehört, verstanden, unterstützt und motiviert.

**Interesse? Melde Dich gerne an!**

**Jeden 2. Mittwoch im Monat  
von 18:30 Uhr - 20:00 Uhr**

**(Anmeldung erforderlich!)  
Jeder hat die Möglichkeit an einem  
kostenfreien Schnuppertermin  
teilzunehmen.**

**Nähere Informationen findest  
Du auf meiner Homepage!**

Carina Piertz  
Tel.: 0163 9764631  
Mail: [info@carefully-mind.de](mailto:info@carefully-mind.de)  
[www.carefully-mind.de](http://www.carefully-mind.de)