

# Gesprächskreis "Mittelpunkt"

- für ältere Menschen mit  
Depressionserfahrungen

Der Gesprächskreis "Mittelpunkt" bietet älteren Menschen mit Depressionen oder Depressionserfahrung die Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen und gemeinsam Strategien zur Selbstpflege und für den Alltag kennenzulernen.

"Was tut mir gut?"

"Wie gehen andere mit Schwierigkeiten um?"

"Was kann ich anderen an Erfahrungen mitgeben?"

Der geleitete Gesprächskreis findet regelmäßig einmal im Monat statt. Nach einer Voranmeldung kann jederzeit gerne dazugekommen werden.



## Termine

monatlich, mittwochs,  
15:00 - 16.30 Uhr  
am 28.08., 25.09., 23.10.,  
20.11. und 18.12.2024

## Leitung

Janina Rippel,  
Fachberaterin DiA

## Kosten

kostenfrei,  
Spende erbeten

## Anmeldung

erforderlich



## Dreycedern e.V.

Beratungsstelle DiA -  
Depression im Alter

Altstädter Kirchenplatz 6  
Tel. 09131 90768-00  
info@dreycedern.de  
www.dreycedern.de