



SELBSTHILFE WINTERTHUR
SCHAFFHAUSEN

Selbsthilfegruppe

Agoraphobie

Keine Angst vor der Angst!

Die Angst bei einer Panikattacke keine Fluchtmöglichkeit zu haben und keine Hilfe zu bekommen kann Betroffene stark im Leben einschränken.

Betroffene vermeiden zunehmend Situationen, die grosse Angst oder Panikattacken auslösen können. Dazu gehören öffentliche Verkehrsmittel, Einkaufen, Arztbesuche, Konzerte, Autofahrten und vieles mehr. In extremen Fällen kann die Vermeidung so stark werden, dass Betroffene das Haus nicht mehr verlassen können.

Gemeinsam sind wir stärker! Lass uns die Angst gemeinsam bekämpfen. Keine Angst vor der Angst – komm vorbei und finde heraus, wie du deine Ängste überwinden kannst.

Wir freuen uns auf dich!

Die kleine Gruppe trifft sich sporadisch online oder vor Ort (Umgebung Pfäffikon ZH) und freut sich auf neue Mitglieder.

Zeitpunkt der Treffen richten sich nach den Wünschen der Interessierten.
Anmeldung und weitere Informationen:

Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen

Telefon 052 213 80 60 | www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch