

Depressionsgruppe



In dieser therapeutisch orientierten Gruppe wollen wir uns gemeinsam hilfreiches Wissen über depressive Erkrankungen, deren Entstehung und Aufrechterhaltung, aber auch Fähigkeiten zum besseren Umgang mit Symptomen und zur Vorbeugung und Bewahrung der eigenen psychischen Gesundheit, aneignen.

„ Deine Reise ist nicht dieselbe wie meine und meine Reise ist nicht deine, aber wenn du mir auf meinem Weg begegnest, können wir uns gegenseitig ermutigen.“

Termine:

Montag, den
16.03. / 23.03. / 30.03./
13.04. / 20.04. / 27.04. / 04.05. /
Nachtreffen: 15.06.2026

Uhrzeit:

Jeweils von
16:00 Uhr bis 17:30 Uhr

Ort:

Sozialpsychiatrischer Dienst
Bahnhofstraße 28
96450 Coburg

Teilnehmerzahl:

Die Teilnehmerzahl ist auf
9 Personen begrenzt

Kosten:

5,00€ für Arbeitsmaterialien
Bitte zum ersten Treffen mitbringen

Teilnahmebedingung:

Eine regelmäßige Teilnahme an den
8 Gruppensitzungen wird vorausgesetzt

Anmeldung:

Im Sekretariat des Sozialpsychiatrischen Dienstes
Telefon : 09561 2778-870
SpDi@diakonie-coburg.org

Anmeldeschluss:

06.03.2026

Leitung:

Doris Werberich
Dipl. Sozialpädagogin
Systemische Therapeutin

Sozialpsychiatrischer Dienst
Bahnhofstr. 28
96450 Coburg
T +49 0 9561 2778-870
F +49 0 9561 2778-871
SpDi@diakonie-coburg.org
www.diakonie-coburg.de