

# Information

## DAPS Selbsthilfe

ehem. SHG Leben mit Depression und Angst



Sehr geehrte Damen und Herren,

wir möchten heute die Gelegenheit nutzen, um uns bei Ihnen mit ein paar kurzen Worten vorzustellen.

Unsere Selbsthilfegruppe gibt es seit dem Jahr 2003 in Tamsweg mit wechselnder Teilnehmerzahl.

### Unsere Selbsthilfegruppe

Wir sind eine Gruppe von Betroffenen und Angehörigen mit gemeinnützigem Ziel.

Selbstverständlich stehen Vertrauen und Anonymität sowie Verschwiegenheit gegenüber sensiblen Themen, auch innerhalb der Gruppe, an oberster Stelle!

Wir sind politisch und konfessionell neutral.

Wir werden, bei Bedarf, vom Psychosozialen Dienst Salzburg psychologisch begleitet.

### Wir wollen

- gemeinsame Wege zur Bewältigung von Depressionen und Angststörungen, in all ihren Erscheinungsformen, suchen.
- Erfahrungsaustausch in einer Gruppe gleichermaßen Betroffener in einem geschützten Rahmen ermöglichen.
- den Aufbau von neuen sozialen Kontakten fördern.
- Informationen austauschen.
- zur Entstigmatisierung psychischer Krankheiten beitragen.



### Wir bieten

- regelmäßige Gruppentreffen
- Zusätzlich: gemeinsame Wanderungen, Nordic Walking, Spaziergänge
- Öffentlichkeitsarbeit

### Kontakt

**Berthold Ferner**, Gruppensprecher  
selbsthilfe@daps.at od. Tel. 0664 799 366 0  
**Postanschrift:** DAPS Selbsthilfe  
% Herrn Berthold Ferner  
Bröllsteig 18/5  
5580 Tamsweg