



.trialoge Gifhorner

Selbst-Erfahrene, Angehörige und Fachleute laden ein **2025**

Psychiatrische Tagesstätte Gifhorn,
Pyritzer Straße 7
Beginn jeweils 18.30 h



- * miteinander reden *
- * andere Sichtweisen erkennen *
- * einander besser verstehen *





6. Februar

Grenzen setzen:

Wie erkenne ich meine Bedürfnisse und die der anderen?

.....

3. April

Psychische Erkrankung und Arbeit

.....

5. Juni

ADHS im Jugend- und Erwachsenenalter:

Wie gehe ich damit um?

.....

7. August

Ständiges Grübeln, Angst und Panik: Was hilft mir?

.....

2. Oktober

Freunde und Angehörige:

Spagat zwischen Fürsorge und Selbstfürsorge

.....

4. Dezember

Was heißt hier Borderline-Störung? Ich bin doch nur anders!

.....