

SELBSTHILFEGRUPPEN

Das Immunsystem der Seele stärken

Bremen. Über den Zusammenhang zwischen der Bewältigung schwieriger Lebenssituationen und der eigenen Gesundheit informiert Mykola Fink in seinem kostenlosen Vortrag „Seelische Widerstandskraft ist nicht angeboren, sie wird erlernt“ am Donnerstag, 10. Oktober, um 18 Uhr im Konferenzraum der Gesundheitssenatorin, Faulenstraße 9/15. Selbsthilfering, Netzwerk Selbsthilfe und Selbsthilfekontaktstelle Bremen laden dazu ein. Der Leitende Psychologe der Schön-Klinik Bad Bramstedt gibt Anregungen, wie man Krisen besser meistert, und stellt grundlegende Haltungen zur Verbesserung der Resilienz vor. RIK