

Sie wollen nicht mehr alles zerdenken?

Sie wollen ein leichteres Leben führen?

Sie wollen Ihre Gedanken wieder selbst steuern können?

Wenn Sie alles mit JA beantworten können, dann haben wir
etwas für Sie!

*Das D-MKT (Metakognitives Training bei Depressionen) als
Gruppentraining hilft Ihnen, Ihre Gedankengänge zu erkennen
und zu verändern*

Kommen Sie zur Infoveranstaltung

Wann? Do, 24.09.26 um 10.30 Uhr

Wo? SPZ Meckenheim, Adolf-Kolping-Str. 5

**Bitte melden Sie sich bei Frau Lutter, Frau Roth
oder Frau Schliefer bis zum 20.09.26 an unter:**

tagesstaette@skm-rhein-sieg.de

02225-9997618

Weitere Termine finden wie folgt statt:

Immer donnerstags von 10.30—12.00 Uhr

15.10.26, 22.10.26, 29.10.26, 05.11.26

26.11.26, 03.12.26, 10.12.26, 17.12.26