



## Seelische Gesundheit in schwierigen Zeiten – (wie) geht das?

„Tu dir Gutes!“, „Schau auf dich!“ – Ja, aber wie? Wenn Geldsorgen, Sorgen um die Kinder, Sorgen um die eigene Zukunft quälen? Wenn ich keine Zeit und keine Ruhe habe fürs „Innehalten“? (Wie) Kann Burnout-Vorsorge und Entspannung in schwierigen Zeiten gelingen?

Medizinisch und therapeutisch begleitet von Dr.<sup>in</sup> Berenice Eicher machen wir uns auf den Weg unsere seelischen Widerstandskräfte und Ressourcen zurückzugewinnen, um Krisen besser zu bewältigen. Garantieren können wir eine Atmosphäre der Kraft und Lebenslust!

**Mittwoch, 6.11., 27.11., 11.12. 2019  
und 22.01.2020 von 10.00-12.00 Uhr**

Frauen-, Mädchen- und Familienberatungsstelle Jennersdorf

**Leitung: Dr.<sup>in</sup> Berenice Eicher** (Ärztin für Allgemeinmedizin,  
Ärztin für Psychotherapeutische Medizin, Kunsttherapeutin)

Die Teilnahme ist kostenlos.

Weitere Informationen und Anmeldung telefonisch, per Email  
oder persönlich zu den Öffnungszeiten der Beratungsstelle.

FRAUEN-, MÄDCHEN UND FAMILIENBERATUNGSSTELLE JENNERSDORF  
Hauptstraße 15, 8380 Jennersdorf  
Telefon: 03329-45008  
[info@frauenberatung-jennersdorf.at](mailto:info@frauenberatung-jennersdorf.at)  
[www.frauenberatungsüdbgld.at](http://www.frauenberatungsüdbgld.at)