

## „Toxische Beziehungen“ Gruppe in Gründung

**Respekt, Wertschätzung und auf Augenhöhe  
sind Dinge die eine gesunde Beziehung ausmachen!**

Toxisch wird es, wenn man anfängt sich selbst nicht mehr zu lieben und nur noch die Schuld bei sich sieht. Die Folgen sind unterschiedlich fatal.

Lasst uns drüber reden und gemeinsam Vertrauen aufbauen, Verständnis zeigen und Erfahrungen austauschen.

Reden ist eine Tatsache die immer hilft, darum geht es in erster Instanz in dieser Gruppe.

Niemand sollte sich schlecht behandeln lassen und jeder der jemand schlecht behandelt, sollte sich schämen. Aber niemand sollte sich schämen darüber zu reden.

Ob Mann oder Frau , Jung oder Alt, jeder ist herzlich willkommen und JA "du bist nicht allein!" Eine erste Erkenntnis die DAS Motto dieser Gruppe zeigt.

Lasst uns gemeinsam nicht alleine sein!

**Das erste Treffen findet Dienstag, den 02.Mai von 17-18.30 Uhr in Duisburg  
Großenbaum statt.**

Wenn Du Dich jetzt angesprochen fühlst und ein Teil der Gruppe werden möchtest, melde Dich bei **Claudia: 0179 42 92 683**

Allgemeine Informationen zum Thema Selbsthilfe in Duisburg gibt es bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle Duisburg:

0203 - 60 99 041 oder per Mail: [selbsthilfe-duisburg@paritaet-nrw.org](mailto:selbsthilfe-duisburg@paritaet-nrw.org)