



## Entdecke, was Dich stark macht!

### Psychosoziales Forum

„Über den Tellerrand geschaut“ - Alternative Ansätze für Menschen mit seelischen Problemen

**Gäste:** Petra Trenkler - Gewaltfreie Kommunikation  
Cathleen Donath - MBSR- Achtsamkeitstraining  
Anna Kirsche - Hypnose in Beratung und Therapie  
Judith Alisch - Gestalttherapie/ systemi-sche Therapie

**Ort:** Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle in Zittau

**Termin:** Dienstag, den 12.10.2021 um 18:30 Uhr

Wir bitten um rege Beteiligung, auch mit Fragen und Wortbeiträgen, denn das Forum lebt davon, dass viele Menschen mitmachen.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Bitte denken Sie an einen tagesaktuellen Corona-Test oder weisen Sie Ihre vollständige Impfung/ Genesung nach!

### Für Rückfragen:

Anna Kirsche und Franka Schönfelder  
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle  
Böhmische Straße 12, 02763 Zittau  
Telefon 0 35 83 - 51 11 28  
E-Mail pskb-zittau@ptv-sachsen.de

Dieser Kurs wird über das ESF Vorhaben „Nachhaltige Stadtentwicklung – Zusammenkommen und Wachsen“ für Zittauer Bürger\*innen gefördert.



Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.