

Eine Gruppe für chronisch erschöpfte Mütter

Es sind noch Plätze frei in einer Gruppe für belastete Mütter. Depressionen treten gehäuft bei Frauen auf. Viele Mütter sind heutzutage den verschiedenen Anforderungen im Beruf, in der Kindererziehung, im Haushalt und in der Partnerschaft ausgesetzt. So fühlen sich viele Frauen mit ihrem Alltag oftmals überfordert und leiden unter chronischer Erschöpfung. Insbesondere Mütter mit kleinen Kindern weisen aufgrund der Belastungen ein erhöhtes Risiko auf, depressive Symptome zu entwickeln. Um diesen vorzubeugen, gibt es jetzt ein neues Gruppenangebot für Mütter. Am Montag, 29. Mai, startet der Caritasverband in Zusammenarbeit mit dem Lübecker Bündnis gegen Depression eine Gruppe für Mütter mit kleinen oder größeren Kindern. An zehn Vormittagen besteht die Möglichkeit, sich über die Situation auszutauschen und gemeinsam neue Wege herauszufinden. Unter psychologischer Anleitung werden individuelle Lösungen erarbeitet. Die Gruppe trifft sich jeweils montags von 9.30 bis 11 Uhr in den Räumen des Caritasverbandes, Fegefeuer, statt. Eine Kinderbetreuung ist gewährleistet. Interessierte Mütter wenden sich an den Caritasverband Lübeck (Frau Martini) unter der Telefonnummer 0451/799 46 21.