

## **Neue Termine !**

### **STEPPS-Training bei Borderline–Persönlichkeitsstörungen**

STEPPS ist ein in den USA erfolgreich erprobtes Training für Menschen mit einer emotional-instabilen Persönlichkeitsstörung bzw. einer Borderline-Erkrankung.

In der Gruppe werden unter Anderem folgende Themen bearbeitet:  
die eigene Erkrankung verstehen, Erlernen eines erträglichen Umgangs mit Emotionen und beschwerlichen Verhaltensmustern, Veränderung von schädlichen Gedankengängen,  
Gestaltung zwischenmenschlicher Beziehungen, Lebensziele finden und in Angriff nehmen.

Am Ende dieses Trainings steht eine sichtbare Besserung in Lebens- und Krisensituationen. Die Teilnehmer haben eine große Palette an Selbsthilfestrategien gelernt und sind weniger auf professionelle Hilfe angewiesen.

**Dauer:** ca. 25 Sitzungen à 1, 5 Stunden in der Woche  
**Ort:** „Aulhof“, Aulgasse 174, 53721 Siegburg  
**Termin:** **Mittwochs 16:30 – 18:00 Uhr**  
**Beginn: 05.06.2019**

**Kursgebühren:** Die Höhe der Kosten, sowie die individuelle Möglichkeit der Übernahme der Kosten (z.B. Krankenkassen, Sozialhilfeträger), werden beim 1. Treffen angesprochen.

**Materialkosten:** Für jeden Teilnehmer entstehen verbindliche Materialkosten in Höhe von 45,00 Euro für einen persönlichen Arbeitsordner und weiteres Material.

**Kostenloser Informationstermin:** Donnerstag, den **03.04.19**  
**16:30 Uhr im Aulhof.**  
**Wir bitten Sie um kurze telefonische Anmeldung.**  
**02241 3977913**

#### **Kontakt:**

Susanne Podehl, Dipl.-Sozialarbeiterin, zertifizierte STEPPS-Trainerin  
Klaus Pies, Ergotherapeut, zertifizierter STEPPS-Trainer