



**SELBSTHILFE**

ST. GALLEN UND APPENZELL

---

# Lieben bis zur Selbstaufgabe

Wenn deine Beziehung nicht gleichwertig gelebt wird und du dich emotional abhängig fühlst, dann macht Liebe unfrei. Schaust du mehr für andere und vergisst dich selbst?

## Gesprächsgruppe in St.Gallen

Offene Frauen möchten sich regelmässig in einer Selbsthilfegruppe treffen, um gemeinsam ungesunde Beziehungsmuster zu überdenken, ihr Selbstvertrauen zu stärken sowie die eigenen Bedürfnisse besser wahrzunehmen.

Gerne geben wir dir weitere Auskünfte:  
Telefon 071 222 22 63 · [selbsthilfe@fzsg.ch](mailto:selbsthilfe@fzsg.ch)