

## Selbsthilfegruppe «Postnatale Depression»



Quelle: fotolia

Hattest du eine schwierige Schwangerschaft, traumatische Geburt, Probleme im Wochenbett oder beim Abstillen und die untenstehenden Symptome halten nach der Entbindung bereits mehr als zwei Wochen an? Dann besteht der Verdacht auf eine postnatale Depression.

### Symptome

- Erschöpfung
- Antriebslosigkeit, Leere
- Traurigkeit / Schuldgefühle
- Ängste, Panikattacken
- Sozialer Rückzug
- Appetit- / Schlafstörungen
- Stimmungsschwankungen
- Selbstmordgedanken
- Konzentrationsprobleme
- Zwiespältige Gefühle ggü. dem Kind

Wir sind für dich da und wollen dich in dieser schwierigen Situation unterstützen. **Wir laden dich ein, an der Informationsveranstaltung vom Dienstag, 26. Juni 2018 von 16.30 Uhr bis 17.45 Uhr teilzunehmen.** Die Teilnahme verpflichtet dich zu nichts. Wegen der Organisation bitten wir dich jedoch um eine vorgängige Anmeldung.

### Information und Anmeldung

Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Bern  
Bollwerk 41 | 3011 Bern  
0848 33 99 00 | [info@selbsthilfe-be.ch](mailto:info@selbsthilfe-be.ch)