



# Sonnenspur

## Selbsthilfegruppe Murnau

Weitere Informationen unter:

Telefon: 08846 – 921 77 20  
[kontakt@sonnenspur.de](mailto:kontakt@sonnenspur.de)

[www.sonnenspur.de](http://www.sonnenspur.de)

## Was wir anbieten:

- eine offene Selbsthilfegruppe für Frauen
- einen geschützten Rahmen zum Austausch unter Frauen mit ähnlichen Erfahrungen
- eine regelmäßige Anlaufstelle für Fragen zum Thema Krisen rund um Schwangerschaft und Geburt
- Informationen zu Möglichkeiten und individuellen Angeboten der Hilfe
- Unterstützung und Stabilisierung durch einfache Übungen und bewährte Hilfsmittel
- Diskretion in deinem Anliegen