

Treffpunkt

EX-IN Landesverband Thüringen e. V.
Neuwerkstraße 52
99084 Erfurt
(1. Etage)

Barrierefreier Zugang mit Fahrstuhl
40 m links vom Alten Angerbrunnen
Eingang zwischen Spielzeugladen und
Hörgerätezentrum

Termine

Jeden letzten Samstag im Monat
von 14 bis 17 Uhr
und nach Absprache

Wir sind auch zu erreichen unter
selbsthilfe-mobbing-thueringen@gmx.de

Anreise mit ÖPNV

Straßenbahnlinie 4
Haltestelle Angerbrunnen/Staatskanzlei
bzw.
Haltestelle Hirschgarten
oder
alle anderen Straßenbahnlinien
Haltestelle Anger
und 300 m zu Fuß den Anger entlang



Wir als Selbsthilfegruppenmitglieder
waren selbst betroffen von Über-
lastung, Stress, Konflikten bis hin zu
Mobbing am Arbeitsplatz.

Wir haben eigene Krisen durchlebt,
Bewältigungsstrategien entwickelt,
uns unserer Erkrankung gestellt und
neue Lebensentwürfe entwickelt.

Werden Konflikte nicht gelöst,
führen Sie oft zu Leidensdruck und
Erkrankung.

Unsere eigenen Erfahrungen zu
möglichen Hilfsangeboten geben
wir gern an Sie weiter.

Kontakt über:

KISS Kontakt- und Informationsstelle
für Selbsthilfegruppen

Amt für Soziales und Gesundheit
Juri-Gagarin-Ring 150
99084 Erfurt

Telefon: 0361 655 42 04
E-Mail: kiss@erfurt.de

www.selbsthilfe-thueringen.de

SELBSTHILFEGRUPPE Mobbing am Arbeitsplatz



Unsere Angebote sind Angebote
von Betroffenen für Betroffene
und Hilfe zur Selbsthilfe.

Gemeinsam finden wir einen Weg.

Ist das Mobbing?

- Mobbing beginnt oft mit Schuldzuweisungen und persönlichen Angriffen
- die Betroffenen werden ausgegrenzt
- die Betroffenen werden verunsichert
- die Betroffenen haben Angst, zur Arbeit zu gehen
- krankheitsbedingte Fehlzeiten folgen
- die Handlungsfähigkeit der Betroffenen wird oder ist eingeschränkt
- krankheitsbedingtes Ausscheiden, Abmahnung, Versetzung oder Kündigung sind oft die Folgen

wichtig:

- Symptome nicht ignorieren
- Probleme offen ansprechen
- sich nicht zurück ziehen
- nicht warten, bis es zu spät ist

Zu langes Warten kann zu Isolation, Erkrankung und letztendlich zu dauerhafter Arbeitsunfähigkeit führen, das wissen wir aus eigener gelebter Erfahrung.

Mobbing am Arbeitsplatz kann viele Gesichter haben.



Wir möchten Sie nicht im Regen stehen lassen und laden Sie herzlich ein, unsere Selbsthilfegruppe kennenzulernen und Ihren Platz in unserer Mitte zu finden.



Bitte diesen Abschnitt auf dem Postweg zuzusenden oder in diesen Briefkasten einwerfen (rechts neben der Eingangstür) bei:

EX-IN Landesverband Thüringen e.V.
SHG Mobbing - z.H. Frau Montag
Tungerstr. 9
99099 Erfurt

Name:

Wohnort:

Telefon:

E-Mail:

Bitte um Rückmeldung.