

# Einladung



## **Depressionen – Wege aus dem Tief Hilfen zur Selbstfürsorge, wenn es am schwersten fällt**

Ein Vortrag von und mit Frau Regina Matt-Grau

**am Samstag den 01.11.2025  
um 14.30 Uhr  
im Bürgerhaus Lohra - Gruppenraum**

**- Öffentlich -**

**kommen Sie zu einem gemütlichen Nachmittagskaffee  
mit Gebäck und guten Gesprächen**

Der Vorstand des VdK-Ortsverbands Lohra