



Peerberatung
psychische Gesundheit
Kanton St. Gallen

*Wir Beratenden haben psychische Erschütterungen erlebt.
Unsere Arbeit basiert auf diesem Erfahrungswissen und
unseren persönlichen Genesungswegen.*



Ausgebildete Peers (EX-IN zertifiziert) beraten Sie...

... wenn das Leben einmal schwierig wird,
... Abschluss und Neubeginn von Lebensphasen bevorstehen,
... oder sonst etwas an der psychischen Stabilität rüttelt.

Ist es nicht schön in solchen Momenten jemanden an der Seite zu haben, der das kennt und eigene Erfahrungen mit psychischen Erschütterungen hat?

EX-IN zertifizierte Peers, sogenannte Expert*innen durch Erfahrung haben sich in einer spezifischen Weiterbildung intensiv mit ihren eigenen Erschütterungserfahrungen auseinandergesetzt und gelernt, wie man auf dieser Grundlage andere Menschen begleiten kann (Informationen zur Weiterbildung finden sie unter www.ex-in-schweiz.ch).



Angebot: 1 bis 6 Gespräche von je einer Stunde
Inhalt: Was Ihnen am Herzen liegt - weitere Infos unter www.peer-stgallen.ch
Preis: Pro Beratungsstunde CHF 5.- (Restfinanzierung durch den Kanton SG)
Kontakt: Tel. +41 76 310 36 13 / E-Mail: peerberatung_stgallen@ex-in-schweiz.ch

Wir freuen uns, Sie kennenzulernen und Sie ein Stück auf ihrem Weg zu begleiten.