

ZUSATZANGEBOT ZUR JUNGEN
SELBSTHILFE (IN PLANUNG)

Dienstagstreff

Freizeitangebot für junge Menschen

gemeinsam
wieder Spaß
am Leben

Du bist zwischen 18 und 25 Jahre alt
und suchst Leute in deinem Alter für
gemeinsame Freizeitaktivitäten und
verständnisvolle Gespräche?

Wir treffen uns jeden dritten Dienstag
im Monat um 18 Uhr

in Planung

Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Alphornstraße 2, 68169 Mannheim



www.junge-selbsthilfe-mannheim.de

NEU AB FEBRUAR 2017

Freitagstreff

Erfahrungsaustausch für junge Menschen

gemeinsam
unbekümmert
reden

Du bist zwischen 18 und 25 Jahre alt
und suchst Leute in deinem Alter zum
Reden und gemeinsamen Austausch
über Probleme?

Wir treffen uns jeden ersten Freitag
im Monat um 18 Uhr

Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Alphornstraße 2, 68169 Mannheim



www.junge-selbsthilfe-mannheim.de

**Du hast Probleme in der Schule,
der Ausbildung oder im Studium?**

**Du leidest an Schüchternheit,
Depressionen oder Burnout?**

**Du hast Probleme dich abzugrenzen und
deine eigenen Entscheidungen zu treffen?**

Hast du es auch satt, deine Probleme immer mit dir selbst ausmachen zu müssen? Dann such dir andere, denen es genauso geht!

Unsere Lebensphase ist nicht nur geprägt von Heiterkeit und Sonnenschein. Krisen und Konflikte sind in dieser Umbruchszeit ganz und gar nicht selten. Da kann es gut tun, gemeinsam mit Gleichaltrigen über Probleme, Sorgen, Ängste und Nöte zu sprechen. Natürlich in einem Rahmen, der allen die Freiheit gibt, soviel von sich mitzuteilen, wie er oder sie will.

Das Themenspektrum entwickelt sich nach den Bedürfnissen der Gruppe. Es soll über all das gesprochen werden, was uns beschäftigt.

- # Zukunftsängste
- # Einsamkeit
- # Ausbildungs-/Studienabbruch
- # Prüfungsängste
- # depressive Verstimmungen
- # Probleme mit Beziehungen
- # Ablösung vom Elternhaus

Wir sind eine Gruppe von jungen Menschen, die sich treffen, um sich gemeinsam über ihre Probleme auszutauschen und neue Dinge zu erleben. Wir sind kein fester Zusammenschluss, sondern jederzeit offen für alle interessierten jungen Menschen.

Und nein – wir sitzen nicht nur im Kreis rum und labern! Wir helfen und stärken uns gegenseitig und werden zusammen aktiv.

Wir treffen uns ab Februar 2017 jeden **ersten Freitag im Monat** zum gemeinsamen **Erfahrungsaustausch**. Später sind weitere Gruppentreffen jeden **dritten Dienstag** für **Freizeitaktivitäten** geplant.

Unser **Treffpunkt** ist der **Gesundheitstreffpunkt Mannheim** – Alphornstraße 2, 68169 Mannheim

Schau doch einfach mal vorbei!