



# Selbsthilfegruppe „Dienstagstreff“ für junge Menschen

- Was?** Der Dienstagstreff ist ein Selbsthilfeangebot des Gesundheitstreffpunkts Mannheim.
- Wer?** Teilnehmen können junge Menschen zwischen 18 und 35 Jahren.
- Themen?** Es geht um alle Themen aus dem Bereich seelische Gesundheit, zum Beispiel Einsamkeit, Depressionen, Zwangserkrankungen. Aber auch der Arbeitsalltag, die Beziehung oder das Studium – alle Themen aus dem Bereich seelische Gesundheit dürfen hier offen angesprochen und besprochen werden.
- Wie?** Es handelt sich um einen moderierten Austausch. Eine Mitarbeiterin des Gesundheitstreffpunkts Mannheim ist bei jedem Treffen zu Beginn und am Ende mit dabei. Der Austausch findet nur unter den Teilnehmenden, ohne die Mitarbeiterin, statt.
- Wann?** Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 18:00 – 19:30 Uhr.
- Wo?** Gesundheitstreffpunkt Mannheim, Max-Joseph-Straße 1, 68167 Mannheim im 4. OG. Der Zugang ist barrierefrei über einen Fahrstuhl möglich, ein barrierefreies WC ist vorhanden.
- Was nicht?** Selbsthilfegruppen werden nicht therapeutisch oder psychologisch angeleitet, es handelt sich um kein therapeutisches Angebot. Bei der Selbsthilfe geht es um den Austausch unter Betroffenen in gleicher oder ähnlicher Lebenssituation.

**Weitere Informationen zu den Terminen und Anmeldung:**

**Gesundheitstreffpunkt Mannheim**

**0621-339 1818 oder [gesundheitstreffpunkt-mannheim@t-online.de](mailto:gesundheitstreffpunkt-mannheim@t-online.de)**