

Selbsthilfegruppe im Aufbau

Junge Menschen mit Ängsten und Verunsicherung

- Bist du zwischen 18 und 30 Jahre alt und es läuft nicht alles rund in deinem Leben?
- Hast du eine psychische Erschütterung oder Krankheit (z. B. eine Depression) erlitten, die dir deine Ausbildung erschwert und deine sozialen Kontakte einschränkt?
- Schämst du dich manchmal für deine Situation und leidest unter Zukunftsängsten?
- Denkst du über vieles vertieft nach, reflektierst du dich gerne bzw. dein Leben?
- Suchst du den Austausch mit anderen jungen Menschen, denen es ähnlich geht?

Dann bist du bei uns richtig!

In unserer Gesprächsgruppe tauschen wir unsere Erfahrungen aus und unterstützen uns gegenseitig. Wir müssen uns dabei nicht verstecken, denn wir sind alle in einer ähnlichen Situation.



Wir suchen gemeinsam positive Lösungswege für Themen wie Beruf, Wohnen, Freunde oder Gesundheit.

Wir möchten in der Gruppe uns selbst sein können und zusammen Kraft tanken. Auch Humor und Geselligkeit sollen Platz haben.

Weitere Auskünfte und Anmeldung:

Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden
041 210 34 44
mail@selbsthilfeluzern.ch
www.selbsthilfeluzern.ch



Selbsthilfe
Luzern Obwalden Nidwalden