

Stark gegen Einsamkeit – gemeinsam!

Es gibt viele Gründe, die dazu führen können, dass man viel Zeit allein verbringt: ein Umzug, eine Trennung oder eine Erkrankung etc. Doch wenn man einen Mangel an sozialen Kontakten spürt und unter dem Alleinsein leidet, handelt es sich oft um Einsamkeit. Das ist immer noch ein Thema, über das zu wenig gesprochen wird und das Mitmenschen häufig meiden. Deswegen soll in einer Selbsthilfegruppe die Möglichkeit eröffnet werden, sich darüber auszutauschen und sich gegenseitig dabei zu unterstützen, Wege aus der Einsamkeit zu finden.

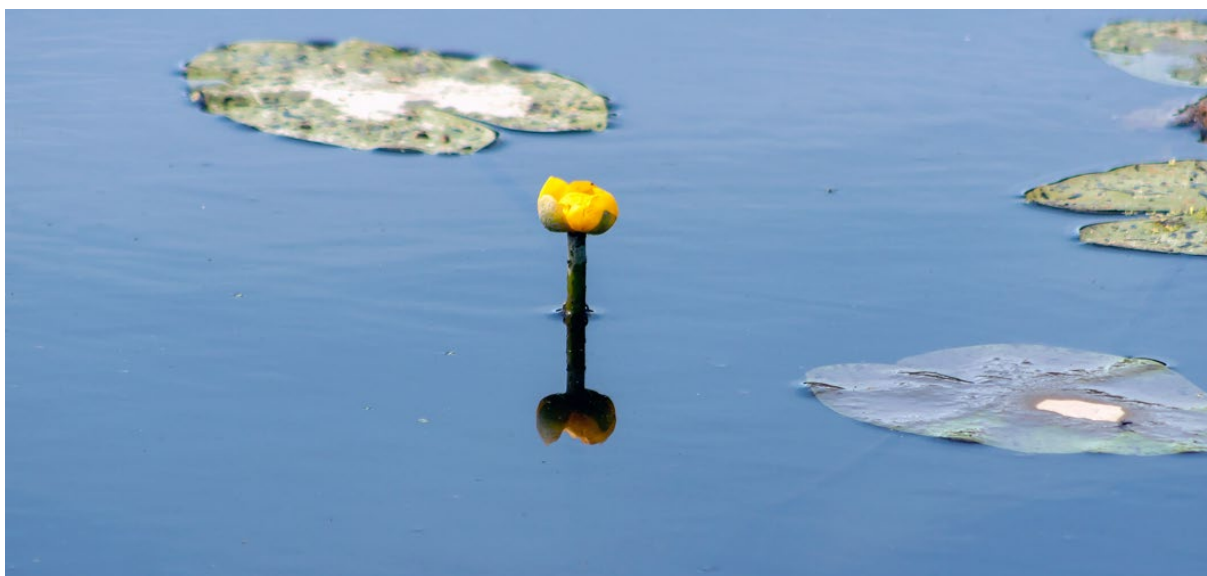


Photo by [László Glatz](#) on [Unsplash](#)

Einsamkeit kann Symptom oder Folge von anderen Erkrankungen sein aber auch selbst krankmachen. In der öffentlichen Wahrnehmung sind oft ältere und kranke Menschen davon betroffen. Doch auch Jugendliche und Studierende können unter Einsamkeit leiden. Deshalb wird ein Austausch zwischen den Generationen in dieser Gruppe angestrebt – wir können so von unseren unterschiedlichen Erfahrungen lernen.

Bisher befindet sich die Gruppe im Aufbau. Es sollen regelmäßige Gruppentreffen in den Räumen der Selbsthilfe-Kontaktstelle stattfinden. Melden Sie sich bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle, wir sammeln Interessent*innen.

Kontakt:

Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt
0 69.55 94 44
www.selbsthilfe-frankfurt.net

 **Selbsthilfe e.V.**