

28. APRIL | 11 – 14 UHR

BRUNCH & RELAX\*

\*12-13 Uhr: Entspannungsübungen



Junge Selbsthilfe

K A F F E E

PLAUDER  
KREISEL

KENNENLERNEN. AUSTAUSCHEN.

Für junge Menschen  
bis Mitte 30

[www.selbsthilfe-frankfurt.net](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net)

 **Selbsthilfe e.V.**

# Wo?

Cocina Argentina  
Sonnemannstraße 5,  
60314 Frankfurt am Main

## Kaffee „Plauderkreisel“ – Junge Selbsthilfe Frankfurt

- Du hast Lust Dich auszutauschen und neue Menschen kennenzulernen?
- Du bist bereits in einer Selbsthilfegruppe – oder überlegst in eine zu gehen?
- Und Du bist zwischen 18 und Mitte 30?

**Dann ist unser offener „Plauderkreisel“ genau das Richtige für Dich!**

Komm in die „Cocina Argentina“, um über Erfahrungen in der Selbsthilfe, aktuelle Sorgen und Wünsche zu sprechen oder einfach mit netten Leuten ins Gespräch zu kommen.

Diesmal hast Du von 12 - 13 Uhr die Möglichkeit verschiedene Entspannungsübungen kennenzulernen, die sich einfach im Alltag anwenden lassen. Jede\*r kann, keine\*r muss mitmachen!

Das Angebot ist kostenlos, eine Anmeldung nicht notwendig.  
**Einfach vorbeikommen und dabei sein!**

### Wir danken herzlich

der Stiftung Polytechnische Gesellschaft  
für die Förderung des „Kaffee Plauderkreisel“

dem Jugend- und Sozialamt Frankfurt für die  
Unterstützung des Projekts „Junge Selbsthilfe Frankfurt“