

Mitstreiter\*innen gesucht

# Young & (L)onesome

Einsamkeits-Selbsthilfegruppe für junge Menschen zwischen 18 und 35 Jahren

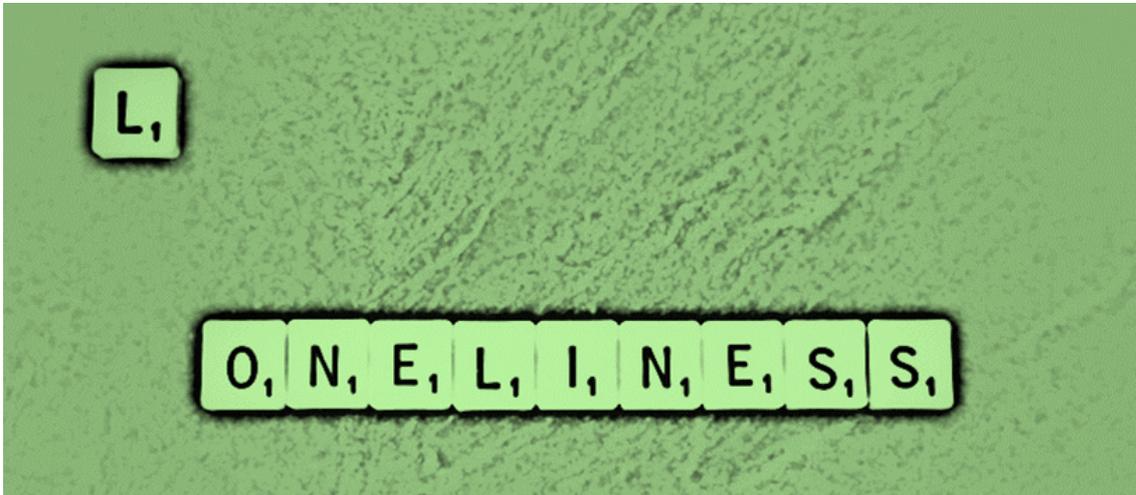


Foto von Nick Fewings auf Unsplash

Schön, dass Du diesen Text liest – dann geht es Dir vielleicht ähnlich wie mir?! Ich wünsche mir eine Gruppe, in der ich andere junge Menschen treffe, die wie ich mit langjährigen Einsamkeitsgefühlen umgehen müssen. Vielleicht sind diese Gefühle sogar schon von klein auf da gewesen und nicht mehr verschwunden. Die Gründe dafür können unterschiedlich sein, eine angeborene Neigung, Eltern, die ihrer Rolle nicht nachkommen können, psychische Erkrankungen oder Traumata in der Familie, die uns den Weg zu Familienmitgliedern sperrig machen.

Ich suche junge Menschen zwischen 18 und 35 Jahren, die wie ich kaum/keinen Kontakt zu Familienmitgliedern haben, und auch sozial, d.h. freundschaftlich nicht eingebunden sind. Die sich auch fragen, wie ein glückliches Leben möglich ist, wenn man sich bereits in jungen Jahren unerfüllten Wünschen und Vorstellungen vom Leben stellen muss.

Fühlst Du Dich angesprochen? Dann lass uns in der Gruppe einen Raum schaffen, in dem wir unsere Gefühle teilen können, unser gemeinsames Thema Einsamkeit aus der Tabu-Ecke herausholen, da es gerade hierbei so wichtig ist nicht allein zu sein.

Ziel ist, dass wir uns gemeinsam ein Netzwerk aufbauen, in dem wir immer wieder aufeinander zurückgreifen können, Strategien austauschen, voneinander und miteinander lernen können.

Traue Dich, den ersten Schritt zu machen, und kontaktiere die Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt, die uns bei der Gründung der neuen Selbsthilfegruppe unterstützt. Die Gruppe wird sich wöchentlich mittwochs von 20 bis 22 Uhr im Ostend treffen. Ich freue mich auf unseren Austausch!

## **Kontakt:**

Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt

0 69.55 94 44

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

 **Selbsthilfe e.V.**