

Selbsthilfe»

Das sozialste Netzwerk

Aktiv in Selbsthilfe Fortbildungen 2024

Junge Selbsthilfe

**AUCH
FÜR DICH**
+ deine Gruppe



Datum | Zeit

Donnerstag, 7. November
18 - 20 Uhr

Ort

Selbsthilfe-, Kontakt- und
Beratungsstelle Mitte
StadtRand gGmbH
Perleberger Str. 44
10559 Berlin

Leitung

Arbeitskreis Junge Selbsthilfe

Kosten

Keine

Anmeldung

Mail: fortbildung@sekis-berlin.de
Online: www.sekis.de/fortbildung
Tel. 030 890 285 39

Anmeldefrist: Mi., 30. Oktober

Jung und trotzdem einsam

Better together – gemeinsam raus aus der Einsamkeit

Dein Leben hat mit Karriere, Beziehung, Kind und Haus derzeit wenig zu tun und du fühlst dich damit alleine? Du hast das Gefühl, dein Leben ist nicht spannend und du performst nicht genug? Im Vergleich zu ehemaligen Freund*innen, deinen Kommiliton*innen oder Kolleg*innen fühlst du dich abgehängt? Sind dir Gespräche oft zu oberflächlich und fehlt dir ehrlicher und aufrichtiger Austausch ohne Vergleiche?

Es gibt viele andere „versteckte Einsame“, die jenseits des Mainstreams aufrichtige Gespräche schätzen und die Lebensfreude durch weniger Einsamkeit zurückerobern möchten. Im Workshop besprechen wir das Gefühl der Einsamkeit und was das für Auswirkungen auf uns haben kann.

Wir überlegen gemeinsam, wie wir gut miteinander in Kontakt kommen können und welche Möglichkeiten Berlin dafür bietet.



*Jetzt anmelden
und mitmachen!*

sekis»

Selbsthilfe Kontakt- und
Informationsstelle