

NEWSFLASH

JUNGE SELBSTHILFE BERLIN



YES

November 2025

INHALT

MITMACHEN

Selbsthilfe goes academic!
Deine Erfahrung macht Mut!

GRUPPEN

Offene Treffs und Gründungen

GOOD 2 KNOW

Selbsthilfe Podcasts
Selbsthilfe App
Stellenanzeigen
Workshop Stigma und Depression



Junge Selbsthilfe goes academic



MIT-
MACHEN

Deine Erfahrung macht Mut!



inspiriere.
berühre.
bewege.

Du kennst die Kraft der Selbsthilfe?
Teile deine Erfahrung mit jungen Menschen
in Sozial- und Gesundheitsberufen.
Für mehr Verständnis und Begegnung auf
Augenhöhe.



MEHR INFOS
Mail: junge-selbsthilfe@sekis-berlin.de
Tel. 030/890 285 49

 [jungeselbsthilfeberlin](https://www.instagram.com/jungeselbsthilfeberlin)

sekis selko
Selbsthilfe-Kontakt- und
Informationsstelle Berlin Sicherheitsdienst der Berliner
Selbsthilfe-Kontaktstellen

Gefördert von der Arbeits-
gemeinschaft der gesetzli-
chen Krankenversicherungs-

Junge Selbsthilfe goes academic



MIT-
MACHEN

Euer Beitrag inspiriert und ermutigt nicht nur andere, sondern stärkt auch euch selbst: Ihr gebt euren Erfahrungen Gewicht, gewinnt Klarheit, Anerkennung und das Gefühl, wirklich etwas zu bewegen. Denn ihr gestaltet mit, wie zukünftige Fachkräfte Selbsthilfe wahrnehmen. Wie ihr euch einbringen könnt, erfahrt ihr hier.

Mail: junge-selbsthilfe@sekis-berlin.de

Tel. 030 890 285 49

Warum andere Selbsthilfe-Aktive mitmachen und warum Studierende und Fachkräfte eure Erfahrungen so wertvoll finden, erfahrt ihr in unseren In unserem Podcastfolgen #51-53

[Selbsthilfe goes academic - Selbsthilfe-Aktive](#)

[Selbsthilfe goes academic - Studierende](#)

[Selbsthilfe goes academic - Fachkräfte](#)

Wir freuen uns, wenn ihr dabei seid!



Gruppen/Treffs



FRIEDRICHSHAIN

Come Together

Wir treffen uns **am 25.11.25 im Monat ab 19 Uhr** im **Café Tales Untold, Am Comeniusplatz 1, 10243 Berlin.**

Entdecke in lockerer Runde, wie junge Menschen (18–35) Selbsthilfe leben, welche Themen sie bewegen und wie sie Herausforderungen meistern. Melde dich kurz an, damit wir gut planen können – spontan dazustoßen geht trotzdem jederzeit.



Safe your space **HIER**

scanne den QR-Code

oder [mailto: junge-selbsthilfe@sekis-berlin.de](mailto:junge-selbsthilfe@sekis-berlin.de)

Aktive Gruppen (angeleitet)

Linoldruck

Selbstsicherheits- & Kommunikationstraining

Mehr Infos und Kontakt: **HIER**

NEUKÖLLN



Recovery – Gruppe (angeleitet)

Zeit: 8x ab 04.12.25 Donnerstag, 17:00 – 19:00 Uhr

Ort: Soulspace, Grimmstr. 16, 10969 Berlin

Kontakt: junik@ajb-berlin.de

KREUZBERG

Good 2 Know

AHA!

Die App „Selbsthilfe Berlin“ ist online!

Jetzt im Google Play und Apple App Store

Bitte testen und Feedback senden an:

sekis@sekis-berlin.de

So geht's:

Profil anlegen und mit E-Mail registrieren

Link in Bestätigungsmail anklicken

Gruppenräume & Chats via Angebote nutzen



APPLE



ANDORID

PODCAST

Echte Stimmen Der Berliner Selbsthilfe-Podcast

Kennst du schon unseren Berliner
Selbsthilfe Podcast?

In den letzten zwei Folgen haben wir uns
dem Thema Medikamentensucht
gewidmet - aus der Perspektive der
Betroffenen, Angehörigen und Fachkräfte.

Hör doch mal rein.

Die Folgen findest du bei Spotify unter
Echte Stimmen und auf der **SEKIS-Website**



Good 2 Know

AHA!

Stellenanzeigen

Sozialpädagogische Fachkraft als Krankheitsvertretung im Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord für 20 bis 30 Wochenstunden (w/m/d); vorerst für 6 Monate.

und

Eine Verwaltungskraft für 20,2 Wochenstunden (w/m/d) mit Erfahrungen im Zuwendungsrecht/Projektförderung nach LHO Berlin

Mehr Infos findet ihr **HIER**



Workshop Stigma Depression

ein Theaterworkshop mit Bella, Theaterpädagogin

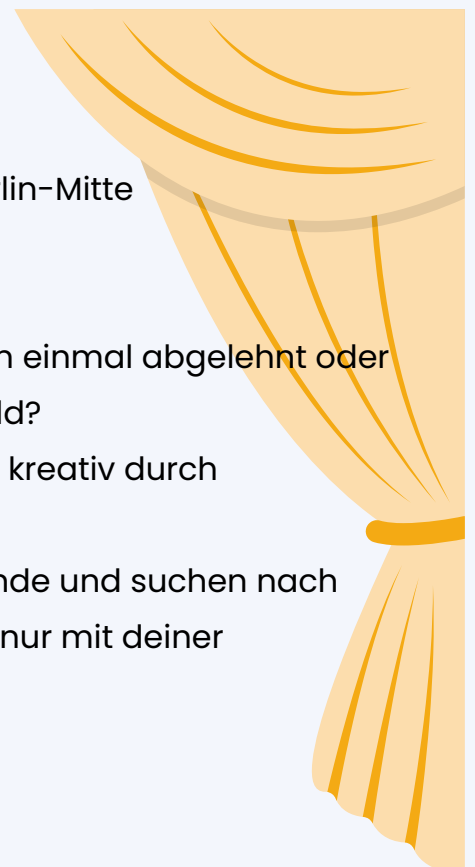
Samstag, 22.11.2025 11-14 Uhr in der Perlebergerstr. 43, Berlin-Mitte

Mehr Infos: **HIER**

Wurdest du wegen deiner psychischen Erkrankung schon einmal abgelehnt oder fühlst dich unsicher im Umgang damit im sozialen Umfeld?

Im Theaterworkshop nähern wir uns diesen Erfahrungen kreativ durch Theaterübungen, Spiele und nonverbale Übungen.

Gemeinsam tauschen wir uns aus, erforschen Hintergründe und suchen nach Veränderungsmöglichkeiten – ganz ohne Vorerfahrung, nur mit deiner Bereitschaft, dich einzubringen.



NEWSLETTER

JUNGE SELBSTHILFE BERLIN

Danke für eure Aufmerksamkeit!



"NOD"

SEKIS Berlin | Junge Selbsthilfe in Berlin

Greif zum Hörer, schreib uns oder komm vorbei.

Besuche unsere Website.

Folge uns auf Instagram.

Für mehr Infos, klicke auf das Icon

