

Aktiv gegen Einsamkeit

In der Gruppe wollen wir über Einsamkeit sprechen, uns verstanden und angenommen fühlen. Es können Erfahrungen, Ängste und Herausforderungen geteilt werden, die im Zusammenhang mit der Einsamkeit stehen: Arbeitslosigkeit, Krankheit, soziale Ängste, destruktive Denkmuster, Minderwertigkeitsgefühle...

- Du fühlst dich leer?
- Du fühlst dich traurig?
- Das spürst du auch körperlich?
- Du fühlst dich mit niemandem verbunden?
- Du hast trotz deiner Liebesbeziehung das Gefühl, einsam zu sein?
- Du hast 100 Freund*innen bei Social Media, aber niemanden, den du anrufen kannst, wenn es dir schlecht geht?

Wir freuen uns auf Gemeinschaft!

ANMELDUNG & INFORMATION BEIM SELBSTHILFEBÜRO OSTHESSEN

M: selbsthilfe.osthessen@paritaet-projekte.org

T: 0661 9019846

@SelbsthilfeOsthessen