

SELBSTHILFE BEDEUTET FÜR DICH

...

- LEBEN • FREIHEIT •
- CHANCEN • VERSTÄNDNIS •
- SCHUTZ • MITGEFÜHL •
- MUT • VERTRAUEN •
- STÄRKE • SPASS • HILFE •
- OFFENHEIT • AUSTAUSCH •
- FREUNDSCHAFT • FREUDE •
- ZUSAMMENHALT • LACHEN •
- ÜBERWINDUNG • WEINEN •
- ERKENNTNISSE • KRAFT •

Die Junge Selbsthilfe
des



KONTAKT:

Verein Angehörige und
Freunde psychisch Kranker
Erfurt und Umgebung e.V.

-  Karl-Marx-Platz 2
99084 Erfurt
-  0361/23007088
036204/62412
-  apk.erfurt@gmx.de
-  www.afpk-erfurt.de

KISS -

Kontakt und Informationsstelle
für Selbsthilfegruppen

-  Juri-Gagarin-Ring 150
99084 Erfurt
-  0361/6554204
-  kiss@erfurt.de

Die Junge Selbsthilfe
des



Mit freundlicher
Unterstützung von



DIR FEHLT DIE STRUKTUR IN DEINEM CHAOS?



Die Junge Selbsthilfe
des



DAS SIND WIR ...

Wir, die Selbsthilfegruppe „Junge Selbsthilfe von Angehörigen & Freunden psychisch Kranker e.V.“ sind Gleichgesinnte, im Alter ab 18 Jahren, die sich in einer offenen und vertrauensvollen Atmosphäre austauschen.

NEUGIERIG?



„ALLES KANN, NICHTS MUSS“

Wir reden über alles, was uns beschäftigt und gehen dabei sowohl auf ernste als auch auf fröhliche Themen ein. Wer nichts sagen möchte, darf natürlich auch nur zuhören.

Gegenseitiges Vertrauen aufbauen sowie Unterstützung und Hilfe untereinander anbieten, sind Ziele, die wir anstreben.

Wir wissen aus eigener Erfahrung, wie schwer es ist, sich zu überwinden und den Weg nach (dr)außen zu gehen.

**Wir wissen aber auch, wie sehr es sich lohnt!
Wag' den ersten Schritt, denn du bist nicht allein.**

Kontaktiere uns gerne telefonisch, schriftlich, aber auch gerne persönlich in unserer Geschäftsstelle oder über die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen.

