

# **Selbsthilfegruppe „Vorwärts“ von und mit jungen Menschen sucht neue Mitglieder**

chwierigkeiten, Probleme, Ängste und Sorgen machen auch vor jungen Menschen nicht Halt. Oftmals wissen junge Erwachsene aber nicht, an wen sie sich wenden können oder es fehlt der nötige Rückhalt bzw. das Verständnis im Freundeskreis oder der Familie.

In Schwerte hat sich daher die Selbsthilfegruppe „Vorwärts“ von und mit jungen Menschen zusammengefunden, die sich gegenseitig unterstützen und Erfahrungen austauschen. Geplant sind auch gemeinsame Unternehmungen als „Auszeit“ von den Problemen.

Über die eigenen Probleme und Sorgen mit anderen, denen es genauso ergeht, zu reden, kann helfen, sich selbst zu helfen, sich selber zu reflektieren und besser mit seinen Ängsten und Sorgen umgehen zu können. Das Wertvollste dabei, so schildern es die Betroffenen, ist zu merken, dass man nicht alleine ist.

Daher möchte die Gruppe „Vorwärts“ andere Betroffene zwischen 18 bis 35 Jahren zu ihrem nächsten Gruppentreffen einladen. Es findet am Donnerstag, 18. Januar um 19 Uhr in Schwerte statt. Weitere Informationen dazu gibt es bei der Kontakt- und Informationsstelle des Kreises Unna (K.I.S.S.) im Treffpunkt Gesundheit in Schwerte bei Susanne Götz, Tel. 0 23 04 / 240 70-22, E-Mail: [susanne.goetz@kreis-unna.de](mailto:susanne.goetz@kreis-unna.de), und im Gesundheitshaus in Unna bei Simone Saarbeck, Tel. 0 23 03 / 27 28 29, E-Mail: [simone.saarbeck@kreis-unna.de](mailto:simone.saarbeck@kreis-unna.de). Alle Anfragen werden selbstverständlich vertraulich behandelt. PK | PKU