



## Gesprächsgruppe für junge Erwachsene (U35) : Depressionen, Einsamkeit & Selbstwert

Jeden Donnerstag von 16:30 bis 18:00 Uhr

Gedrückte Stimmung, Antriebslosigkeit, Orientierungslosigkeit, Selbstzweifel, Minderwertigkeitsgefühle oder Einsamkeit. All das können Symptome einer Depression sein und damit bist du nicht allein. Die junge Erwachsene Gesprächsgruppe zum Thema Depressionen in der Waldstraße 7 wendet sich an alle Personen zwischen 18-35 Jahren, die sich psychisch belastet fühlen und einen Austausch suchen. Die Gruppe wird von einer Sozialarbeiterin der Kontakt- und Beratungsstelle Moabit moderiert und findet 14-tägig statt. Hier wird dir Raum geboten, dich mit Anderen über deine Erfahrungen auszutauschen. Unter Anleitung kannst du Methoden erlernen, die dir helfen Bewältigungsstrategien für dich zu entwickeln und eigene Ressourcen zu wecken.

Du möchtest dich anmelden oder hast Fragen? Schreibe uns eine Mail an [kbs@pim-berlin.de](mailto:kbs@pim-berlin.de) oder rufe uns an unter 030-397 313 22

---

KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLE  
PSYCHOSOZIALE INITIATIVE MOABIT E.V.  
WALDSTRASSE 7 10551, BERLIN

---