



## Depression – junge Erwachsene

Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe für Betroffene in Bern



©1StunningART-AdobeStock

Haben Sie Depressionen? Suchen Sie den Austausch mit anderen jungen Menschen, die in einer ähnlichen Lebensphase sind und ebenfalls von dieser Krankheit betroffen sind?

Eine neue Selbsthilfegruppe für junge Menschen bis ca. 35 Jahre ist geplant. In der Gruppe können Sie sich darüber austauschen, wie Sie mit depressiven Episoden umgehen. Und gemeinsam können Sie nach Wegen suchen, um trotz der Krankheit ein möglichst erfülltes Leben zu führen.

### Gründungstreffen am Donnerstag, 11. November 2021

Am ersten Treffen erfahren Sie, was die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe bedeutet und Sie haben die Gelegenheit, die anderen Interessierten kennen zu lernen. Die Zeit und der Ort werden nach der Anmeldung bekanntgegeben.

---

#### Informationen

Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Bern, Bollwerk 41, 3011 Bern  
0848 33 99 00, [info@selbsthilfe-be.ch](mailto:info@selbsthilfe-be.ch)