**Depressionsgruppe 2 für Menschen bis 40 Jahre**

Haben Sie Lust auf Austausch über das Thema Depression unter Ihresgleichen?

Ein junger Mann ist Teilnehmer einer anderen Depressionsgruppe in Bückeburg, die „aus allen Nähten platzt“. Da er ein großes Herz hat und ihm Menschen und ihr Wohlergehen wichtig sind, gründet er nun eine weitere Gruppe in Bückeburg, für junge Erwachsene bis 40 Jahre.

Dabei will er wissen: Wie geht es Euch, wie waren die letzten 14 Tage, was gibt`s Neues?

Er möchte eine Plattform bieten, in der man/frau sich mal „den Scheiß` von der Seele reden kann.

Tipps und Ratschläge will er nicht geben, da er ja kein Fachmann, sondern nur ein „ganz normaler Betroffener“ ist.

Gemeinsam mit den Anwesenden beim Gründungstreffen am 22.6. im Paritätischen Schaumburg, Dammstr. 12a in Bückeburg will er herausfinden: Wie soll die Gruppe laufen, wie stellt Ihr Euch den Ablauf vor, welche Themen wollen wir streifen, was ist Euch wichtig, war darf sein, was nicht?

Mit seiner Erfahrung aus der anderen Gruppe moderiert der Initiator die Gruppe, hält den Rahmen und achtet drauf, dass alle zu Wort und zum Zug kommen können.

Geplant ist, die Gruppe jeden 2. und 4. Mi im Monat stattfinden zu lassen, immer um 18:30 Uhr.

Wer Interesse hat, dabei zu sein, soll sich bitte bei der Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen in Schaumburg anmelden, da die Teilnehmer\*innenzahl aufgrund der Raumgröße begrenzt ist.

(Mi 14-17, Do 11-15, Fr 9-13 Uhr): 05722 9522-20 oder [selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de](mailto:selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de).