

Feeling This

Dein Raum für Unterstützung und Austausch

Fühlst du dich oft unsicher im Kontakt mit anderen, traurig, überfordert oder einfach leer? Damit bist du nicht allein. Unser Gruppenangebot richtet sich an Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren, die mit sozialen Ängsten, Unsicherheit oder gedrückter Stimmung kämpfen – unabhängig von einer Diagnose. In einem geschützten Rahmen kannst du dich mit anderen austauschen, neue Perspektiven gewinnen und gemeinsam Wege finden, die dir im Alltag helfen.



Was Dich erwartet?

- 🎨 Kreative Methoden & ehrliche Gespräche
- 🧠 Raum für deine Gedanken, Ängste und Fragen
- 💡 Strategien, um mit schwierigen Gefühlen besser umzugehen
- 👉 Gemeinschaft auf Augenhöhe

Informationen

- 📅 Jeden Dienstag von 16:00 bis 17:30
- 📍 Karl-Zucker-Str. 10 (3.Stock)
91052 Erlangen
- 🕒 Start am 18.11.2025!
- ✉️ Anmeldung per E-Mail oder Anruf
bis Freitag, den 14.11.2025

Melde dich an und sei dabei – so wie du bist. Du musst nichts leisten, du darfst einfach da sein. ❤️



Stadt Erlangen
Integrierte Beratungsstelle
Jugend- und Familienberatung

Tel.: 09131 / 86-2295
familienberatung@stadt.erlangen.de