

**You don't
always
need a plan.
Sometimes
you just
need to
breathe.
Trust.
Believe.
And see
what
happens...**



SOULmate

**Fühlst Du Dich immer „unter Strom“
und kannst nicht entspannen?**

**Stress in der Schule, Ausbildung oder im
Studium und Du hast Lust auf gar nichts?**

**Bleibst Du zu Hause, weil Dir alles zu
anstrengend ist?**

**Spürst Du starke Gefühle und weißt
nicht, wie Du damit umgehen sollst?**

**Bist Du oft alleine und hast zu wenig
echte Freunde?**

Dann sind die Gruppen von **SOULmate** genau das
Richtige für Dich.

Hier treffen sich Jugendliche und junge Erwachsene
[16 – 21 Jahre] mit Fachkräften der Psychologie,
Pädagogik und Psychotherapie, um mit Dir Lösungen
für diese Fragen zu entwickeln.

**Neugierig? Dann schau auf unsere Website
oder melde Dich einfach!**

www.stiftung-starke-bande.de

Tel. 0151 – 15 54 54 51

soulmate@stiftung-starke-bande.de

**Auch Eltern oder wichtige Bezugspersonen können
sich an uns wenden.**