

SELBSTHILFE  
STEIERMARK

— jugend am werk

Hilfe? SELBSTHILFE!  
*Just do it!*

JUNGE  
SELBST-  
HILFE

# Lebensmutig.

Du hast ein Problem? Du willst dich mit anderen austauschen, die Ähnliches erleben? Vernetze dich **lebensmutig** und **selbstbestimmt**!

Weil **verstanden werden** wichtig ist! Komm in eine bestehende Gruppe oder gründe selber eine, wir unterstützen dich dabei!  
Gemeinschaftliche Selbsthilfe ist vertraulich,  
kostenlos und jede\*r zählt! Weil **Verstehen** wirksam ist!

**Selbsthilfe Steiermark**  
Lauzilgasse 25, 8020 Graz  
Tel. +43 (0) 50 / 7900 5910

Mobil +43 (0) 664 / 8000 6 4015  
office@selbsthilfe-stmk.at  
www.selbsthilfe-stmk.at



Das Angebot richtet sich an  
junge Erwachsene ab 18 Jahren.

JUNGE  
SELBST-  
HILFE