



JUNGE SELBSTHILFE

SCHULANGST UND SOZIALE ÄNGSTE

Ist es für dich der Horror zur Schule zu gehen?

Du wachst schon mit Kopf- oder Bauchschmerzen auf
und wenn du nur an Schule denkst, bekommst du
Ängste oder Panik?

Der Kontakt mit anderen verunsichert dich und
du ziehst dich zurück?

Dann bist du nicht alleine!

Es trifft sich eine junge Gruppe, in der sich vertrauensvoll
über die bestehenden Ängste, mögliche Ursachen und
Hilfen ausgetauscht wird.

Auch für Angehörige gibt es die Möglichkeit sich parallel
zu treffen.



Selbsthilfe- u. Freiwilligen-Zentrum
im Kreis Heinsberg

WANN:
jeden letzten
Montag
im Monat
Uhrzeit:
17.00 – 18.30 Uhr

WO:
JACK
Jugendkirche
Johannismarkt 5
41812 Erkelenz

Weitere Infos
erhalten Sie im
Selbsthilfe- u.
Freiwilligen-
Zentrum

SELBSTHILFE- U.
FREIWILLIGEN-ZENTRUM
IM KREIS HEINSBERG

Hochstr. 24
52525 Heinsberg
02452 - 156790
02452 – 15679 22

selbsthilfe@sfz-
heinsberg.de
freiwilligenzentrum@sfz-
heinsberg.de

www.sfz-heinsberg.de