

# Gnusch im Läbe?





Zentrum Selbsthilfe  
Finde andere. Finde dich.

# Räum auf mit Sorgen: Triff junge Menschen. Finde Unterstützung fürs Leben.

**Denke nicht länger alleine über deine Ängste  
und Probleme nach. Das Zentrum Selbsthilfe  
bringt junge Menschen ab 18 Jahren zusammen:  
Sich austauschen, reden, kreativ tätig sein –  
jedes Thema ist willkommen.**

**Hast du Interesse? Fragen? Wir sind da für dich.  
In Person, am Telefon oder per Mail.**

---

Zentrum Selbsthilfe, Feldbergstrasse 55, 4057 Basel  
Telefon 061 689 90 90, [mail@zentrumselbsthilfe.ch](mailto:mail@zentrumselbsthilfe.ch)  
[www.zentrumselbsthilfe.ch](http://www.zentrumselbsthilfe.ch)

