



SELBSTHILFE WINTERTHUR
SCHAFFHAUSEN

Gesprächsgruppe für

Erfahrene mit

Krankheiten/Depressionen

Diese Gruppe trifft sich regelmässig, um über Themen wie folgende auszutauschen:

- Umgang mit Grenzen
- Umgang mit Konflikten
- Gesundheitliche Einschränkungen
- Therapien
- Aktuelle Themen

Wir unterstützen uns dabei, mit den Herausforderungen des Lebens gut umzugehen und uns selber zu reflektieren.

Wir sind humorvoll und lachen gerne zusammen.

Es handelt sich bei dieser Gruppe um eine verbindliche Gesprächsgruppe, keine Freizeitgruppe.

Die Treffen sind monatlich, jeweils an einem Freitagabend.

Die Gruppe wünscht sich Verbindlichkeit und eine regelmässige Teilnahme von neuen Interessierten.

Die Gruppe trifft sich einmal monatlich Freitag von 19:30 bis 21:30, abwechselnd vor Ort und Online, Anmeldung und weitere Informationen:

Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen

Telefon 052 213 80 60 | www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch