



SELBSTHILFETHURGAU September 2021

...und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne... (H. Hesse, Stufen)



Liebe Leserinnen und Leser!

Da sind wir nun also als Selbsthilfestelle Thurgau in unseren neuen Büroräumlichkeiten angekommen. Wir freuen uns, dass die fordernden letzten Wochen der Vergangenheit angehören. Wie schön können wir nun ganz zentral in Weinfelden Menschen willkommen heissen und Gespräche führen. *„Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft zu leben...“* Dem ist auch so, wenn wir zur Zeit einige Gruppen im Aufbau unterstützen. Lesen Sie im weiteren, was bei uns alles im Tun ist.

Benötigen Sie einen Raum für Ihre Gruppe, Sitzung, eine Weiterbildung, Ihren Verein oder Gespräche? Gerne melden Sie sich bei uns oder kommen Sie vorbei!

Mit besten Grüssen
Selbsthilfe Thurgau

Regina Pauli
Monica Loretan



Gruppenteilnehmer*innen gesucht

- ◆ **Herzpatienten Koronara (Bewegungsgruppe)**
- ◆ **Co-Abhängigkeit**
- ◆ **Endometriose**
- ◆ **Soziale Ängstlichkeit**
- ◆ **Angehörige Depression**
- ◆ **Atemnot / Atemwegserkrankungen**
- ◆ **MS- Angehörige**

Gruppenliste und Flyer finden Sie auf unserer Homepage: www.selbsthilfe-tg.ch

Gruppen in Gründung

- ◆ **Angehörige von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen**
- ◆ **ADHS 25+**
- ◆ **Arbeitslos 55+**
- ◆ **Trauercafé Frauenfeld**
- ◆ **Herausforderung, wenn Eltern ins Alter kommen**
- ◆ **Teenie-Mütter**
- ◆ **IMPULS Leben nach einer Krise**
- ◆ **Papillon Thurgau (Kindsverlust)**
- ◆ **Depression: neue Gruppe ab Sept.**
- ◆ **Frauen mit unerfülltem Kinderwunsch**
- ◆ **Angehörige Krebs**
- ◆ **Angehörige von Menschen mit einer Angststörung**
- ◆ **Angehörige Drogenthematik**
- ◆ **Trachealstenose (virtuell)**

Termine 2021



LAUFmerksamkeit - Freitag, 29. Oktober um 17Uhr in Arbon

ein Angebot für Teilnehmende von Selbsthilfegruppen und Interessierte. Gemeinsam den Feierabend geniessen, miteinander ein Wegstück in schöner Natur gehen, Menschen treffen und austauschen. Sie sind herzlich eingeladen teilzunehmen. Den Flyer finden Sie auf unserer Homepage unter News.

Recovery-College <https://recoverycollege-ostschweiz.ch/>

Verschiedene Seminare zum Thema Genesungsweg, Krisen, Skills, etc.
Infos direkt: info@recoverycollege-ostschweiz.ch

Workshop: Leiten von Selbsthilfegruppen

Beginn 6. November in St.Gallen. Auskunft: info@vaskostschweiz.ch

Film und Podiumsdiskussion: Im Sog der Angst

Dokumentarfilm - Einblick in ein Leben mit einer Angststörung
Samstag, 16. Oktober 21, 09.45 Uhr Cinetreff Herisau, Veranstalter: VASK Ostschweiz

Informationen



Sind Sie unser neues Vorstandsmitglied? Als Teilnehmende*r einer Gruppe sind Sie nahe am Geschehen von Selbsthilfe. Die besten Voraussetzungen für ein Mitwirken in unserem Vorstand. Ab Januar 2022 suchen wir ein neues Mitglied in unserem Verein, welches Selbsthilfegruppen vertritt.

Raummiete: Mieten Sie unseren Gruppenraum! Nach Absprache für Selbsthilfegruppen und externe Gruppen. Erkundigen Sie sich nach freien Terminen. Info beim Sekretariat Tel. 071 620 10 00

Virtuelle Selbsthilfe - Video-Selbsthilfegruppen

Weiterhin besteht die Möglichkeit für Gruppen, eine Moderation bei virtuellen Treffen von uns zu erhalten. Ebenso sind virtuelle Gruppen weiterhin im Gange. Sehen Sie bei www.selbsthilfes Schweiz.ch

Werden Sie Mitglied bei Selbsthilfe Thurgau und unterstützen Sie unseren Einsatz für Vernetzung von Menschen zu Gunsten der physischen und psychischen Gesundheit mit Ihrem Jahresbeitrag!
Email an: info@selbsthilfe-tg.ch