



Bei Bedarf können wir auch

- ausserhalb der Treffen gemeinsam Ausflüge unternehmen.
- Einen Spieleabend organisieren
- Gemeinsam in der Natur unterwegs sein
- Zusammen Kulturelle Anlässe besuchen
- Gemeinsam Velofahren
- Mal Wandern gehen
- Einen schönen Abend am See geniessen, oder beim Lagerfeuer
- Und vieles mehr....



Selbsthilfegruppe

**„Gemeinsam, statt alleine“
für Menschen 40 plus**



Fühlst du dich manchmal auch alleine und wünschst du dir mehr soziale Kontakte?

Wünschst du dir auch ...

- eine Gruppe, die sich regelmässig trifft.
- Menschen mit denen man gute, ehrliche Gespräche führen kann
- Freunde, mit denen man auch mal etwas gemeinsames unternimmt.

Bist du zwischen 25 und 40 Jahre alt?
Dann melde dich doch und schau mal in die Gruppe rein.

Wo, wann und wie oft treffen wir uns?

Beim ersten Treffen werden wir gemeinsam bestimmen, wie oft, wo und wann wir uns treffen möchten.

Bist du interessiert?
Dann melde dich—wir freuen uns!



SELBSTHILFETHURGAU

Selbsthilfezentrum Thurgau

Marktstrasse 26
8570 Weinfelden
E-Mail: info@selbsthilfe-tg.ch
Telefon 071 620 10 00
078 321 16 04
www.selbsthilfe-tg.ch

Wir möchten.....

- Ehrliche, authentische Leute kennen lernen
- Gemeinschaft spüren
- Füreinander da sein
- Zuhören
- Gemeinsam etwas erleben
- Regelmässiger Austausch
- Gegenseitige Unterstützung im Alltag und im Gespräch
- Verstanden werden
- So akzeptiert werden, wie wir sind

Lass immer etwa Platz in deinem Kopf
für schöne Gedanken und
Träume!