



SELBSTHILFETHURGAU

NEWSLETTER Juni 2021

- **Selbsthilfegruppen in Gründung**
- **Selbsthilfegruppen suchen weitere Mitglieder**
- **Termine 2021**
- **Informationen**



Liebe Leserinnen und Leser!

Grün und üppig blühend sieht es jetzt im Juni überall aus. Grün und im wahrsten Sinne üppig kommt auch unser Newsletter daher. Gerne lassen wir sie teilhaben an Interessantem und Nützlichem. Lassen sie ihren Alltag mit gemeinschaftlicher Selbsthilfe in den Regenbogenfarben aufleuchten.

Mit besten Grüßen
Selbsthilfe Thurgau

Regina Pauli
Monica Loretan

Das Wichtigste in Kürze!

Neustart Gruppen: Sie haben die Gruppentreffen wieder aufgenommen oder stehen davor. Die Teilnehmenden sind verunsichert, haben sich zurückgezogen, etc. Wir unterstützen Sie bei der Wiederaufnahme der Treffen. Anruf genügt!

Besuchen Sie unsere neue Homepage! Frisch und übersichtlich finden Sie viele Informationen und Gruppen. Machen Sie in ihrem Umfeld darauf aufmerksam!

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 die Selbsthilfegruppen vertritt.

Gruppenteilnehmer*innen gesucht

- ◆ Angehörige von Menschen mit einer Angststörung
- ◆ Co-Abhängigkeit
- ◆ Herzpatienten Koronara (Bewegungsgruppe)
- ◆ Endometriose
- ◆ Soziale Ängstlichkeit
- ◆ Angehörige Depression
- ◆ Polyarthritits

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

Gruppen in Gründung

- ◆ 1. Treffen Do. 17. Juni 18.30 Angehörige von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen
- ◆ ADHS 25+ (betroffene Erwachsene)
- ◆ Herausforderung, wenn Eltern ins Alter kommen
- ◆ Teenie-Mütter
- ◆ IMPULS Leben nach einer Krise
- ◆ Atemnot / Atemwegserkrankungen
- ◆ Angst & Panik (2. Gruppe)
- ◆ Mobbing
- ◆ Trauercafé Frauenfeld
- ◆ Angehörige von Kindern & Jugendlichen mit Allergien
- ◆ Frauen mit unerfülltem Kinderwunsch

Termine 2021



LAUFmerksamkeit - jeweils Freitag um 17Uhr, 28.05. / 27.08. / 29.10.

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.

Austauschtreffen, Freitag 4. Juni um 19 Uhr

Stadtrundgang in Weinfeldern mit anschliessendem Austausch. Anmeldung bis Freitag, 28. Mai!

Triolog „Essstörungen“, 6 Abende 23.09. bis 28.10.21. Anmeldung an Selbsthilfe Thurgau
In Zusammenarbeit mit Clenia Littenheid AG, Infos und Flyer unter www.selbsthilfe-tg.ch

Informationen



Rückblick Tag der Selbsthilfe: Haben sie den Tag der Selbsthilfe verpasst? Dank virtueller Möglichkeit alle Beiträge nachschauen unter: www.tag-der-selbsthilfe.ch

Menschen machen sich sichtbar: <https://www.srf.ch/radio-srf-virus/rehmann>

Radio Virus bietet die Möglichkeit, das Schweigen zu brechen und Stigmatisierung aufzuheben. Wer möchte ein Interview geben?

Virtuelle Selbsthilfe - Video-Selbsthilfegruppen

Wir freuen uns zu hören, dass sich einzelne Gruppen während des vergangenen Jahres virtuell getroffen haben. Weiterhin bietet Selbsthilfe Thurgau Einstiegshilfen für virtuelle Gruppentreffen und Hilfestellung bei Moderation, etc. Bei Bedarf melden Sie sich bei uns!

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

Gruppenraum im Selbsthilfezentrum in Weinfeldern kann auf Voranmeldung genutzt werden.
Info beim Sekretariat Tel. 071 620 10 00