



SELBSTHILFETHURGAU

Infobrief Sommer 2026



**Der Sommerhimmel,
endlos wie die Sehnsucht,
blau wie die Weisheit und das Vertrauen.**

Liebe Leserinnen Liebe Leser

Der Sommer ist die Jahreszeit der warmen Tage, der langen Abende und der unvergesslichen Momente im Freien. Es ist die Zeit, in der wir die Wunder der Natur in ihrer ganzen Fülle erleben: am Wasser entspannen, durch blühende Gärten spazieren und laue Sommernächte unter einem prächtigen Sternenhimmel verbringen. Eine wunderbare Zeit!

Leider wird diese schöne Zeit für uns, durch die aktuelle finanzielle Situation der Selbsthilfe, etwas überschattet. Unsere Fundraising-Bemühungen bleiben häufig ohne Erfolg und die Unterstützung durch die Politischen Gemeinden und Sponsoren fällt derzeit sehr zurückhaltend aus. Deshalb möchten wir vermehrt neue Mitglieder für unseren Verein gewinnen. Ein Jahresbeitrag von 40 Franken ist zwar nur ein verschwindend kleiner Betrag, aber jeder einzelne hilft und ist wertvoll. Jedes Mitglied welches den Spirit und die Sinnhaftigkeit der Selbsthilfe nach aussen Trägt, bringt uns einen Schritt weiter. Die Bekanntheit der Selbsthilfe muss einfach wachsen.

Genau deshalb sind wir beim „Wyfelder Fritig“ vom 03. Juli 2026 mit einem Stand vertreten. Besuchen sie uns, geniessen sie einen feinen Hotdog und unterstützen sie damit unsere Arbeit. Wir freuen uns sehr darauf, Sie persönlich zu treffen und mit Ihnen ins Gespräch zu kommen.

Team Selbsthilfe Thurgau
Moni Lerch
Heidy Lenz



Gruppenteilnehmer*innen gesucht

- ◆ IV-Rente
- ◆ Angehörige Depression
- ◆ Atemnot / Atemwegserkrankungen
- ◆ Hochsensibel
- ◆ Alkohol u-n-s
- ◆ Angst und Panik
- ◆ Krebsbetroffene in Bewegung
- ◆ ADHS Frauen

Gruppen in Gründung

- ◆ Depression
- ◆ ADHS
- ◆ Hilfe, mein Kind will nicht ausziehen!
- ◆ Missbrauch in der Jugend
- ◆ Depression und Ängste in Arbon
- ◆ Angehörige gewaltbetroffener Kinder
- ◆ Einsamkeit unter 40
- ◆ Einsamkeit ü40

Die aktuelle Gruppenliste und Flyer finden Sie auf unserer Webseite: www.selbsthilfe-tg.ch

Termine



Alle sind ganz herzlich eingeladen!

- **Hotdog am Wyfelder Fritig**, 03. Juli 2026, 17– 21 Uhr
- **Stand bei „Littenheider Begegnung“** Sonntag, 06. September 2026
- **Clenia Abendveranstaltung** im Herbst 2026
- **Tumortagung** 21. Oktober 2026
- **Talk am Firobig** Donnerstag, 12. November 2026, 18.30- 20.30 Uhr

Informationen zu den Spitalprojekten:

- **PD Münsterlingen:** Die Klinik hat im Dezember 2025 die Anforderungen für die Auszeichnung zur „Selbsthilfefreundlichen Klinik“ erreicht. Die offizielle Übergabe der Auszeichnung erfolgte in einem feierlichen Rahmen, integriert in die Klinikkonferenz am 01. Juni 2026. **Herzliche Gratulation!!**
- **Clenia Frauenfeld:** Clenia durfte im Dezember 2026 bereits die Wiederauszeichnung, nach 4 Jahren erfolgreicher Zusammenarbeit, bekommen.
- **Reha Zihlschlacht:** In dieser Kooperation läuft das erste Jahr bis zur Auszeichnung.
- **Klinik St.Katharinental:** Möchte neu Kooperationspartner werden. Das Projekt ist am anlaufen und ein Massnahme-Katalog wird im Trialog erarbeitet.

Allgemeine Infos:



- Was ist „Gemeinschaftliche Selbsthilfe“?

Sehr gerne besuche ich auch ihre Institution, ihre Gemeinde oder Kirchgemeinde und stelle unsere Arbeit vor. Helfen sie mit, dass der Bekanntheitsgrad des Selbsthilfezentums und der Selbsthilfegruppen unter der Bevölkerung wächst.

- **Selbsthilfegruppen:** Gerne komme ich für eine Standortbestimmung oder mit neuen Ideen und Anregungen in eure Gruppe. Meldet euch doch per Mail oder Telefon.

- Wir sind dringendst auf Spenden angewiesen!

Damit es die Selbsthilfe auch in 3 Jahren noch gibt.

Jetzt mit TWINT spenden!

- QR-Code mit der TWINT App scannen
- Betrag und Spende bestätigen



Herzlichen Dank!

