



SELBSTHILFETHURGAU Herbst 2024



Liebe Freunde der gemeinschaftlichen Selbsthilfe

„Back to the stars“, das der Titel dieser Sandskulptur in Rorschach. „Jetzt sind wir hier und sammeln menschliche Erfahrungen“, so die Erklärung der Künstler. Ja, wie verschieden sind unsere menschlichen Erfahrungen. Gerade dann herausfordernd, wenn physisch, psychisch und sozial Hindernisse auftauchen. Der Blick in die Sterne und der Wunsch, weg von den Holpzigkeiten des Lebens zu sein, liegt da nahe. Das habe ich in den vergangenen Wochen öfters von Teilnehmenden von Gruppen und von Anrufenden für Beratung betreffend Selbsthilfegruppen gehört. Wie erfreulich, wenn Rückmeldungen kommen wie: „Ich fühle mich so gestärkt in der Gruppe und sehe plötzlich neue Wege“. Gerne ermöglichen wir diese Erfahrung mehr Menschen.

Viele Gruppen haben wir im Aufbau. Bei gewissen Themen ist die Nachfrage gross, bei anderen suchen wir z.T. schon länger Interessierte. Auch sind wir mit der Tatsache konfrontiert, dass trotz genügend Anmeldungen, die Gruppentreffen nur mit wenigen oder gar nicht zu Stande kommen. Wie gehen wir mit der Unverbindlichkeit, dem ungemeldeten Fernbleiben oder auch der Angst, in eine Gruppe zu kommen um? Haben Sie Anregungen?

Wir bleiben dran! Richten den Blick mit Wünschen in die Sterne und bleiben aktiv für Menschen mit besonderem Bedarf. Danke, dass Sie uns unterstützen. Machen sie das Angebot der gemeinschaftlichen Selbsthilfe bekannt!

Mit besten Grüssen
Team Selbsthilfe Thurgau

Regina Pauli, Heidi Lenz

Gruppenteilnehmer*innen gesucht

- ◆ Alleinerziehende Mütter & Vater, amvtg
- ◆ Bewegungsgruppe Krebsbetroffene
- ◆ Partnerverlust Suizid
- ◆ Frauen mit unerfülltem Kinderwunsch
- ◆ Chronische Schmerzen
- ◆ Prostatathematik
- ◆ Atemnot

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

Gruppen in Gründung

- ◆ Hochsensibilität
- ◆ ADHS
- ◆ Familien durch Eizellspende
- ◆ Wechseljahre
- ◆ Hilfe, mein Kind will nicht ausziehen!
- ◆ Trauma nach Unfall
- ◆ Transpersonen
- ◆ IV-Rente
- ◆ Schizophrenie & Stimmenhören
- ◆ Sexueller Missbrauch in der Kindheit

Termine 2024



➔ **Hilfe zur Selbsthilfe - -ein wichtiger Baustein auf dem Genesungsweg.** Offener Anlass von Selbsthilfe Thurgau, Selbsthilfegruppen und Clenia Frauenfeld für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen. Direkte, persönliche Auskunft von Gruppenteilnehmenden, Infos zum Angebot der Selbsthilfe und der Clenia Frauenfeld. Mi. 30. Oktober 2024, 19:00 - 21:00 Uhr, Clenia Littenheid AG, Laubgasse 31, 8500 Frauenfeld, Infos: <https://www.clenia.ch/de/news/infoveranstaltung-selbsthilfe-tg/>

Blitz-LICHT 2024: Für Teilnehmende von Selbsthilfegruppen. Gemeinsam in den Feierabend. Geselliges Zusammensein bei Gespräch und kleinen Knabbereien. Krippenfigurenausstellung, Freitag: 13. Dez. Treffpunkt 18:00 Uhr, Marktstrasse 26, Weinfeld Genauere Angaben siehe www.selbsthilfe-tg.ch

Informationen



Rückblick Workshop: „Gelingende Begegnungen und Beziehungen: dynamisch, mit Humor und guten Aha-Erlebnissen fand der Tag mit 32 Teilnehmenden statt. Viel praktische Umsetzung vor Ort verhilft zum Weitermachen zu Hause.

Wichtig: Verlinke dich mit Selbsthilfe Thurgau! Empfehle sie weiter! Das hilft, dass die gemeinschaftliche Selbsthilfe bekannter wird und mehr Menschen davon profitieren können. Gleich hier:

Info online-Tagung: Öffentliche und Online-Vorträge für Selbsthilfeinteressierte, sowie interne Zukunftswerkstatt für Fachkräfte der Selbsthilfe. Sekis Baden-Württemberg. Öffentliche Online-Vorträge: Donnerstag, 17.10.2024. Informationen und Anmeldeformular finden Sie hier: <https://www.sekis-bw.de/anmeldung-fachtagung-onlinevortraege-2024/>

Gesucht: Bist du videoclipsechnisch begabt? Ist es sogar dein Hobby? Wir suchen dich, denn wir möchten gerne neue Kurzszenen von Gruppentreffen, allenfalls Comicvideos für die Öffentlichkeitsarbeit und Werbung für Selbsthilfe Thurgau erstellen.

Schon einmal an Selbsthilfe gedacht? <https://schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/videos/>

Direkt zu Selbsthilfe Thurgau



Mit deiner Unterstützung
Menschen auf dem Gene-
sungsweg weiterbringen.
Direkt mit Twint hier:

DANKE!

