

Selbsthilfegruppe im Aufbau «Gemeinschaftstreff – zusammen aktiv werden»



Hast du Lust neue Leute kennen zu lernen, in Austausch zu kommen und in Gemeinschaft aktiv zu werden?

Aufgrund von bestimmten Lebensphasen, die durch einen Umzug, eine Trennung, starke berufliche Einbindung oder andere Umstände geprägt sind, kann das soziale Umfeld zunehmend wegbrechen und der Alltag sich einsam anfühlen. Uns ist es ein Anliegen über unsere verschiedenen Lebenssituationen ins Gespräch zu kommen und zusammen eine gute Zeit in Gemeinschaft zu verbringen.

Bei den regelmässigen Treffen möchten wir immer wieder aktiv oder kreativ werden. Das kann ein Nachmittag mit Brettspielen, ein Ausflug zum Bowlen, Spaziergänge oder Wanderungen, oder auch ein kreativer Abend sein. Das Programm legen wir als Gruppe fest und kümmern uns zusammen um die Umsetzung.

Wir möchten **ZUSAMMEN ...**

...in Bewegung kommen

... lachen

**...Neues erfahren
und erleben**

...Ausflüge erleben

**...sein und die
Gemeinschaft
geniessen**

... kommen und in Austausch treten

... und voneinander lernen

... kreativ werden

...und miteinander wachsen

Die Gruppe befindet sich derzeit im Aufbau. Sie soll im Raum Innerschwyz stattfinden.
Hast du Interesse bei der Selbsthilfegruppe mitzumachen?
Dann melde dich gerne bei uns - wir freuen uns auf dich.

Kontaktstelle Selbsthilfe Kanton Schwyz

c/o gesundheit schwyz

Centralstrasse 5d

6410 Goldau

Tel. 041 747 68 70

selbsthilfe@triaplus.ch

www.selbsthilfeschwyz.ch