

Kontaktstelle Selbsthilfe Kanton Schwyz



Gemeinsam
aktiv werden.

Selbsthilfe
wirkt.

Wir unterstützen Sie bei ...

- der Suche nach Selbsthilfegruppen
- Neugründungen von Gruppen
- der Vernetzung von Selbsthilfegruppen untereinander
- Konflikten in der Gruppe
- der Öffentlichkeitsarbeit zum Thema Gemeinschaftliche Selbsthilfe im Kanton Schwyz
- Interesse an Weiterbildungsangeboten

Selbsthilfegruppen...

- ☞ sind freiwillige Zusammenschlüsse von Menschen mit einem gemeinsamen Anliegen oder Problem (z. B. einer Erkrankung oder einem sozialen Thema)
- ☞ ermöglichen Betroffenen und Angehörigen einen Austausch im vertraulichen Rahmen, um persönliche Erfahrungen und Erkenntnisse zu teilen
- ☞ werden selbstständig geführt und gestaltet

Teilnehmende...

- ☞ profitieren von den Erfahrungen anderer und lernen neue Strategien im Umgang mit ihrem Anliegen kennen
- ☞ berichten von mehr Zuversicht, Selbstsicherheit und Motivation im Umgang mit ihrem Anliegen

Mehr Informationen:
selbsthilfeschweiz.ch

Wir sind gerne
für Sie da!

Kontaktstelle Selbsthilfe Kanton Schwyz

c/o gesundheit schwyz
Centralstrasse 5d
6410 Goldau

Tel. 041 747 68 70
selbsthilfe@triaplus.ch
selbsthilfeschwyz.ch



Herausgegeben von

gesundheit  schwyz

Eine Abteilung
der Triaplus AG

Gesundheitsförderung
und Prävention

tria
plus

03/2023

© Foto: Adobe Stock



SELBSTHILFESCHWEIZ