SELBSTHILFE WINTERTHUR SCHAFFHAUSEN

Selbsthilfegruppe

Weiterkommen

…durch ehrliche Selbstreflexion

Du suchst nach mehr Sinn, Klarheit und innerer Kraft?

Willst du

- dich selbst besser verstehen?
- blinde Flecken erkennen?
- bisherige Handlungsstrategien überdenken?
- dich in der Gruppe spiegeln lassen?
- neue Seiten an dir entdecken?
- mehr Selbsterkenntnis finden?
  und so im Leben weiterkommen?

Auch bei Zweifeln und ohne alle Informationen müssen wir Entscheidungen treffen – das gehört zur Realität des Lebens. Wenn wir offen und ehrlich sind, zeigt das einerseits unsere Verletzlichkeit und zugleich unsere Stärke. Daraus können wir Kraft schöpfen und weiterkommen.
Wir arbeiten mit der Methode des Sharing Circle.

Fühlst du dich angesprochen? Dann melde dich jetzt.

Die Selbsthilfegruppe trifft sich monatlich am Mittwochabend von 18:00-19:30. Anmeldung und weitere Informationen:

Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen
Telefon 052 213 80 60 | www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch