

Kamingsgespräch 2

Donnerstag, 22. September 2022, 17:00 bis 18:00 Uhr

HFGS Aarau, Standort Bahnhofstrasse 102.

Virtuelle Zuschaltung in Raum 1 BBB [über diesen Link https://e.hfgs.ch/bigbluebutton/105525984695474](https://e.hfgs.ch/bigbluebutton/105525984695474)

Reden hilft!



Foto: Selbsthilfe Schweiz

"Meine Therapeutinnen und Therapeuten kennen meine Krankheit nur auf dem Papier, in der Selbsthilfegruppe treffe ich auf Menschen, die mich wirklich verstehen."

In Selbsthilfegruppen tauschen sich Menschen aus, die ein gemeinsames Thema haben. Für die Mitglieder einer Gruppe wird der Austausch mit Gleichbetroffenen meistens als sehr entlastend und verbindend erlebt. Die gemeinsame Sprache stärkt und lässt erleben, nicht allein mit seinen Problemen zu sein. Zusammen können mögliche Strategien im Umgang mit den herausfordernden Situationen entdeckt werden. Wie findet sich die geeignete Selbsthilfegruppe? Wie formiert sich eine Selbsthilfegruppe?

Im Gespräch mit

Ursula Morel, Leitung Selbsthilfe Aargau und Selbsthilfegruppenmitgliedern

Moderation

Josefine Krumm, Fachstelle Gesundheitsförderung, Südallee 22, CH-5001 Aarau www.hfgs.ch

Film: [Selbsthilfe in der Schweiz](#)

SELBSTHILFE AARGAU



Auskunft und Anmeldung

Höhere Fachschule Gesundheit und Soziales, Josefine Krumm, Schulinterner Gesundheitsdienst, Südallee 22, CH-5001 Aarau, Tel.: +41 (0)62 200 21 28, E-Mail: josefine.krumm@hfgs.ch, Internet: www.hfgs.ch

Das Suizid-Netz Aargau möchte mit der Verlosung zweier Tageskarten für eine Fahrt zur Königin der Berge (Rigi) das Hinsehen und Ansprechen in Ihrem Berufsalltag wertschätzen.

Informationen zum Fortbildungsangebot «REDEN IST GOLD. SCHWEIGEN IST GEFÄHRLICH.» für Multiplikator*innen anfordern unter info@suizid-netz-aargau.ch.



SUIZID-NETZ AARGAU