

Heidelberger Selbsthilfebüro  
Alte Eppelheimer Str. 40/1  
69115 Heidelberg  
Tel. 06221 / 18 42 90  
E-Mail: info@selbsthilfe-heidelberg.de



## **Seminar für Selbsthilfegruppen:**

### **Meine Selbsthilfegruppe aktivieren – Herausforderungen meistern**

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit den aktuellen Herausforderungen für Selbsthilfegruppen: Welche Vorteile haben Präsenztreffen und wann machen digitale oder hybride Treffen Sinn? Wie gelingt es ein gutes Gespräch in Gang zu bringen- egal bei welchem Format- bei dem sich alle wohl fühlen und beteiligen? Wie geht es uns in unserer Gruppe nach den schwierigen Corona-Jahren?

Es geht um neue Ideen und Tools, die die Gruppenarbeit beleben und Formate, die zur Mitarbeit anregen. Dabei ist viel Austausch zwischen allen Teilnehmenden geplant, um auch von den Anderen und ihren Erfahrungen zu lernen.

Auflockernde Übungen helfen konzentriert zu arbeiten. Am Ende des Seminars geht jede/r mit vielen Anregungen für die eigene Selbsthilfegruppe nach Hause.

Seminar mit Theresa Keidel, Diplom-Sozialpädagogin, Coach, Entspannungspädagogin, seit 35 Jahren in der Selbsthilfeunterstützung aktiv

**Kosten: 15€. Für Mitglieder im Paritätischen: 12€**

**Samstag, 30. September, 10.15 – 16.15 Uhr**

**Ort: Forum am Park, Poststraße 11, 69115 Heidelberg**

Anmeldung bis zum 12. September beim Heidelberger Selbsthilfebüro Tel. 06221 - 18 42 90, info@selbsthilfe-heidelberg.de