

# Група самопомоги спільноти в Базелі!

## Integrative Self-Care Community in Basel

„Дай слова смутку; печаль, яка не говорить, зносить серце і змушує його розбитись“  
Шекспір



Смує той, кому не все одно.  
Смуток – це ціна, яку ми платимо за любов.

Дорогі наші!

Радо запрошуємо вас на групу самопомоги спільноти у приміщенні **Herzogsaal in Formonterhof за адресою St. Johannis-Vorstadt 27, 4056 Basel.**

“Група самопомога спільноти” означає турбота членів спільноти один про одного. Метою таких зустрічей є обмін досвідом, своїми почуттями, знаннями і розумінням нових (інших) точок зору. Правила групової зустрічі прості: говоримо по одному: ділення лише своїм життєвим досвідом. Під час зустрічі немає місця критиці, порадам, висновкам, нав'язуванням або оцінкам, а є час для співпереживаючого слухання, щирої бесіди, або навіть розділеної тиші. Є чаювання після ;)

Глибока мудрість таких груп полягає в розділенні життєвого досвіду учасників. Ці зустрічі можуть бути цікавими для всіх, хто прагне покращити якість стосунків у нових для себе спільнотах, прагне покращити свої навички вирішувати труднощі у змінених умовах життя. Зустрічі можуть бути корисними як для тих, хто шукає духовної підтримки у вирішенні нагальних задач, так і тим, хто готовий поділитись такою підтримкою.

✦ Дата, реєстрація, місце та мова проведення.

Початок: **щосереди, 15:00 — 17:00.**

Місце: **Herzogsaal in Formonterhof за адресою St. Johannis-Vorstadt 27, 4056 Basel.**

Зупинки: **Johanniter-Brucke і Universitatsspital (трам.17).**

Якщо у Вас виникнуть запитання, не соромтесь запитати за номером тел.

**+41(0)782261739** (telegram) або [halynatsyhanenko@gmail.com](mailto:halynatsyhanenko@gmail.com). Реєстрація не обов'язкова ;)

Модератор групи: **Галина Циганенко**, к.психол.н., доцент кафедри соціально-гуманітарних наук Державного університету економіки і технології (Кривий Ріг-Київ)

Мова участі: **українська, російська**

Захід організовано за підтримки: **Ulrike Schaefer і Simon Greuter (Basel)**

## Група самопомоги спільноти українською/російською в Базелі!

## Integrative Self-Care Community in Basel

16 березня 2022 року 15.00 — 17.00 і далі щосереди (за домовленістю)

