

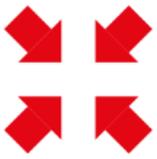
Zentrum Selbsthilfe

Finde andere. Finde dich.



# Integrationsgruppe

Geleitete Selbsthilfegruppe *plus*



**Zentrum Selbsthilfe**

Finde andere. Finde dich.

## **Teile deine Integrationserfahrung in der Schweiz**

*Entwickle Strategien, stärke dein Selbstvertrauen und  
entdecke neue Handlungsmöglichkeiten*

Kannst du dich auf Deutsch verständigen und suchst Austausch auf deinem Integrationsweg in der Schweiz? Möchtest du deine Erfahrungen teilen in einer einladenden Gemeinschaft von Gleichgesinnten, die ähnliche Herausforderungen bewältigen und von ihnen lernen?

Egal, ob du neu in der Schweiz bist oder schon länger hier lebst, unsere Integrationsgruppe steht für Menschen aller Herkunftsländer offen. Was uns verbindet, ist der Wunsch, uns in der Schweiz zurechtzufinden. Für dieses Anliegen erarbeiten wir gemeinsam Gesprächsthemen und werden dabei von einem Moderator unterstützt.

Wir treffen uns Mittwochs von 18:00 – 20:00 Uhr  
Kosten für 12 Treffen: 180.- / 120.- (AHV/IV) /  
60.- (Kulturlegi Caritas)

Melde dich bei uns, wir freuen uns auf dich!