



**Zentrum Selbsthilfe**

Finde andere. Finde dich.



# Raum zum Schreiben

Moderierte Selbsthilfegruppe *Plus*

# **Wünschst du dir regelmässig Zeit, um dein Leben schreibend zu bereichern? Möchtest du dich von der kreativen Energie der Gruppe anstecken lassen?**

Schreiben im Alltag wirkt stärkend und eröffnet neue Perspektiven auf persönliche Herausforderungen. Wir treffen uns wöchentlich, um an individuellen Projekten zu arbeiten. Briefe, Journaling, Geschichten, lose Gedanken... Wer mag, darf sich auf Schreibimpulse freuen.

Teilen ist freiwillig. Wertschätzendes Miteinander und wohlwollendes Nebeneinander ist Pflicht.

**Wöchentlich am Dienstag von 18–20 Uhr**

Kosten für 12 Treffen: 180.–

120.– mit AHV/IV, 60.– mit KulturLegi

**Start am 12. August 2025**

Melde dich bei uns, wir freuen uns auf dich!