



SELBSTHILFEZÜRICH

GEMEINSAM AKTIV

SELBSTHILFEGRUPPE FÜR MENSCHEN IN HERAUSFORDERNDEN
LEBENSITUATIONEN

Belastende Lebenssituationen, psychische oder körperliche Erkrankungen: Es gibt Umstände im Leben, die eine Teilnahme an herkömmlichen Freizeitaktivitäten erschweren oder verunmöglichen. Die Freizeitgruppe «Gemeinsam aktiv» bietet einen geschützten Rahmen für Menschen, die einen Ort suchen, an dem sie ihre Schwierigkeiten für einen Moment hinter sich lassen können. Verständnis füreinander, Empathie und ein offener und ehrlicher Umgang miteinander ist die Basis des Zusammenseins.

Diese Freizeitgruppe bietet die Möglichkeit, Menschen mit verschiedenen Lebenserfahrungen und Hintergründen kennenzulernen, gemeinsame Unternehmungen zu geniessen und freudige Augenblicke miteinander zu teilen. Zusammen planen wir Aktivitäten, wie beispielsweise Kinobesuche, Kochabende, Wanderungen oder Diskussionsrunden. Alle Gruppenmitglieder sind gleichberechtigt und beteiligen sich an der Gestaltung des Programms.

Möchten Sie Teil der Freizeitgruppe werden? Mehr Informationen erhalten Sie bei Selbsthilfe Zürich.