



Ziele dieser Selbsthilfegruppe:

- Verhaltensänderung erzielen
- Training um wieder unter Leute zu gehen
- Neue Selbstsicherheit entwickeln
- Eventuell neue soziale Netzwerke aufbauen
- Eventuell gemeinsame Aktivitäten unternehmen



Selbsthilfegruppe

IV-Rente



Bild: © pezibear/pixabay

Nicht- oder eingeschränkt arbeitsfähig

Themen, die nicht oder eingeschränkt arbeitsfähige Menschen beschäftigen

- Belastung nicht mehr oder nur beschränkt arbeiten zu können
- Gefühl nutzlos zu sein
- Fehlender Sinn des Lebens
- Wenig Beschäftigung, Langeweile
- Geringes Selbstvertrauen
- Hemmungen in sozialen Kontakten
- Sozialer Rückzug, Einsamkeit

Für wen eignet sich diese Gruppe ?

Diese Selbsthilfegruppe richtet sich an Menschen im Vorrentenalter, die nicht oder nur eingeschränkt arbeitsfähig sind (IV-Rentenbezüger oder Sozialhilfebezüger)

Motivation für eine Teilnahme

- Aus der Isolation ausbrechen
- Wunsch sich mit Gleichgesinnten auszutauschen
- Zugehörigkeit und Akzeptanz

Wann und wo treffen wir uns?

Beim ersten Treffen wird der Ort und die Häufigkeit miteinander besprochen

Bist du interessiert? Dann melde dich bei:



SELBSTHILFETHURGAU

Selbsthilfezentrum Thurgau

Marktstrasse 26
8570 Weinfelden
E-Mail: info@selbsthilfe-tg.ch
Telefon 071 620 10 00
www.selbsthilfe-tg.ch