

Austauschtreffen für Selbsthilfegruppen  
Samstag 18. August 2018  
8.30 bis 12.30 Uhr  
Poststrasse 2 (2. Stock), Solothurn

*„In unseren Koffer packen wir.....“*  
Methoden die uns in der Gruppenarbeit  
unterstützen



*Kontaktstelle  
Selbsthilfe  
Kanton Solothurn*



*Kontaktstelle  
Selbsthilfe  
Kanton Solothurn*

Liebe Kontaktpersonen  
Liebe Gruppenmitglieder

Willkommen zum diesjährigen Austauschtreffen!

Die Selbsthilfegruppe als gemeinsame Reise. Wie bereiten wir uns gut drauf vor? Was machen wir, wenn ein Gewitter kommt? Was hilft uns, wenn wir vom Weg abgekommen sind? Wo sind unsere Rastplätze? An diesem Vormittag schauen wir wie Gruppen funktionieren und lernen Methoden kennen, welche die Gruppenarbeit unterstützen. Wie immer sind Eure Erfahrungen und Fragen unser Ausgangspunkt und es gibt genügend Raum für das gegenseitige Coaching.

**Programm**                    **ab 8.30 Uhr** Eintreffen bei Kaffee und Gipfeli  
   **Beginn 9.00 Uhr** Vorstellungsrunde Austausch  
   Input  
   Ausblick  
   **Schluss 12.30 Uhr**

Für diejenigen, die Zeit und Lust haben, besteht die Möglichkeit, anschliessend das Mittagessen gemeinsam einzunehmen.

Wir freuen uns über Eure **Anmeldung bis zum Dienstag, 14. August 2018** telefonisch unter 062 296 93 91 oder per Mail [info@selbsthilfesolothurn.ch](mailto:info@selbsthilfesolothurn.ch).

***Diese Einladung geht nur an die Kontaktpersonen.  
Bitte alle Gruppenmitglieder darüber informieren – Vielen Dank!***

Wir freuen uns.

Regina Schmid, Melanie Martin und Esther Lüthi