

Gründung Gesprächs- und Kreativgruppe **Besser leben mit dem Existenzminimum**



Für Menschen, die am Existenzminimum leben

Inhalte und Ziele der Selbsthilfegruppe

- Isolation durchbrechen
- Anteilnahme spüren, Austausch auf Augenhöhe
- Stärkung des Selbstbewusstseins, Ermutigung für eigene Schritte erhalten
- Durch den Erfahrungsaustausch mit anderen lernen: Wie können eigene, wie auch durch das System entstandene Probleme gelöst werden?
- Umgang mit Macht, Ohnmacht und mit der finanziellen Abhängigkeit
- Gemeinsames kreatives Schaffen (auf freiwilliger Basis)

Ablauf

Der Gruppenaufbau erfolgt in Aarau mit Unterstützung des SelbsthilfeZentrums Aargau. Anschliessend läuft die Gruppe eigenständig als Selbsthilfegruppe ohne Fachperson weiter.

Weitere Informationen zur Gruppe und Anmeldung

creaeden.rs@bluewin.ch

SelbsthilfeZentrum Aargau

Tel. 056 203 00 20 oder per E-Mail info@selbsthilfezentrum-ag.ch