

WORKSHOP



SELBSTHILFE

KREATIVE GRUPPENMETHODEN

Im Workshop lernen die Teilnehmenden kreative Methoden für die Gestaltung von Selbsthilfegruppentreffen kennen und probieren diese praktisch aus. Sie erfahren, welche Methode sich für welches Thema eignet, und erhalten Anregungen, wie sie die Methoden in ihren eigenen Gruppen einsetzen können.



Workshopleitung

Pamela Städler
Selbsthilfe St.Gallen und
Appenzell



Zielgruppe

Leiter:innen sowie Interessierte
aus Selbsthilfegruppen

Inhalte

- Kreative Einstiege und Kennenlernen
- Blitzlichter und Stimmungsbilder
- Themen finden und bearbeiten
- Körper-, Atem- und Achtsamkeitsübungen
- Arbeiten mit Bildern und Collagen
- Feedback- und Wertschätzungsmethoden



Datum
09. 03. 2027



Zeit
18.30 - 20.30 Uhr



Ort
St.Gallen



Kosten
CHF 25.00



Anmeldung

über selbsthilfe@fzsg.ch Anmeldeschluss 26. Februar 2027 selbsthilfe-stgallen-appenzell.ch