

Virtuelles Selbsthilfe Café für Berlin



„Das Selbsthilfe-Bufferet“ Unser Thema im Februar

Ort
online*

Termin
Dienstag, 09. Februar 2021
18:30 – 20:00 Uhr

Moderation
Birgit Sowade (Selbsthilfe- Kontakt-
und Beratungsstelle Mitte, StadtRand
gGmbH)

Johanna Schittkowski (SEKIS Berlin)

Kosten
kostenfrei

Anmeldung
Tel.: 030 892 66 02
E-Mail: sekis@sekis-berlin.de

Teilnehmer*innenanzahl begrenzt

*Bitte beachtet, dass ihr für diese
Veranstaltung ein internetfähiges Gerät
(PC/Laptop/Tablet oder Smartphone) mit
Mikrofon und Kamera benötigt.

Gibt es einen fieseren Monat als den Februar? Ob Lockdown oder nicht, durch diesen Monat muss man einfach durch. Das (virtuelle) Selbsthilfe-Café im Februar hilft dabei.

Wir wollen all das tun, was uns in dieser Zeit fehlt: trotz Bildschirm-Abstand gemütlich zusammensitzen. Erzählen, was uns grade beschäftigt. Den anderen Fragen stellen, die uns bewegen. Von guten (Selbsthilfe-)Erinnerungen erzählen. Oder durch kleine Spielereien einfach mal wieder so richtig ins Lachen kommen. Ein echtes Selbsthilfe-Bufferet eben.

All das geht auch in einer Videokonferenz. Wir werden unterschiedliche Möglichkeiten technisch und inhaltlich vorbereiten. Und dann liegt es an den Teilnehmer*innen des Cafés, wie sich der Abend gestaltet. Austausch in großen oder kleinen Runden? Persönlich erzählt oder gemeinsam diskutiert? Warm erinnert oder wild gespielt? Jede*r Teilnehmer*in erhält an diesem Abend einmal die Gelegenheit, einen Schwerpunkt zu setzen und damit das Programm der Runde zu bestimmen.

Gemeinsam gestalten wir ein (virtuelles) Treffen, das uns zusammenbringt und gegenseitig stärkt. Fast wie in der Selbsthilfegruppe. ☺

Anfänger*innen wie auch Erfahrene der virtuellen Welt sind gleichermaßen willkommen!

Wir freuen uns auf Euch!