

SOZIALFORUM Tübingen e. V. Europaplatz 3, 72072 Tübingen

---

## Selbsthilfetag 2024 - Gemeinsam Stark – Zusammen Tun

am 12.10.2024 ganztägig

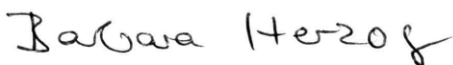
Veranstaltungsorte: HIRSCH Begegnungsstätte, Gemeindehaus Lamm, Club Voltaire, China Zentrum

Gemeinsam mit Aktiven aus Selbsthilfe-Gruppen realisiert das SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V. am Samstag, 12. Oktober den Selbsthilfe-Tag 2024. Parallel finden an den genannten Orten den ganzen Tag über Veranstaltungen rund um die Selbsthilfe statt. **Schwerpunkt wird das Thema Angehörige von Menschen in herausfordernden Lebenslagen sein.**

Im Eröffnungsvortrag von Stephania Laih erfahren Sie, was Sie selbst für Ihre seelische Gesundheit tun können. Außerdem erwarten Sie vielfältige Workshops rund um das Thema Selbstfürsorge und Kreativität. An den Infotischen können Sie mit Menschen aus verschiedenen Gruppen unverbindlich ins Gespräch kommen. Kulturelle und Entspannungsangebote bereichern den Tag. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Der Eintritt zu allen Veranstaltungen ist kostenfrei. Wir freuen uns über Ihre Spenden.

Das endgültige Programm ist ab Anfang September auf <https://www.sozialforum-tuebingen.de/selbsthilfe-tag-2024> oder in gedruckter Form im SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V., Europaplatz 3, 72072 Tübingen erhältlich.

Mit freundlichen Grüßen



Barbara Herzog, Dipl.-Psych. im Sozialforum Tübingen e.V.

Tübingen, 6.5.2024



e-mail: [herzog@sozialforum-tuebingen.de](mailto:herzog@sozialforum-tuebingen.de)

[www.sozialforum-tuebingen.de](http://www.sozialforum-tuebingen.de)

Mitglied im PARITÄTISCHEN Wohlfahrtsverband

Kreissparkasse Tübingen, IBAN: DE23 6415 0020 0001 4894 55

VR Bank Tübingen, IBAN: DE16 6406 1854 0300 3440 07

Telefon: (0 70 71) 3 83 63

Sprechzeiten: Mo, Di 9:00-12:00  
Do 17:00-19:00