



SELBSTHILFE WINTERTHUR
SCHAFFHAUSEN

Raum für Austausch und Zuhören in Schaffhausen für Migrantinnen und Migranten

Bist du Migrant:in und möchtest deine Erfahrungen in einem sicheren, respektvollen und wertschätzenden Raum teilen? Fühlst du, dass der Migrationsprozess kompliziert ist und weisst du nicht, mit wem du darüber sprechen kannst?

Stellst du dir diese und oder ähnliche Fragen?

- Wie/Wo/Wann kann ich meine Gedanken und Gefühle über das Leben als Migrant:in frei ausdrücken?
- Gibt es jemanden, der wirklich versteht, wie dieser Weg für mich ist?
- Wie kann ich das Gefühl der Einsamkeit verringern?
- Wie kann ich den Migrationsprozess besser bewältigen?

Wir sind Menschen mit unterschiedlichen Herkunftsländern und Kulturen, die dieselbe Situation teilen: Fern von unseren Lieben zu sein und in einem völlig fremden Land neu anzufangen.

In diesem gemeinsamen Raum zum Zuhören begleiten und unterstützen wir uns gegenseitig und teilen Erfahrungen, Herausforderungen und Ideen als Migrant:innen in der Schweiz.

Anmeldung und weitere Informationen:

Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen

Telefon 052 213 80 60 | www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch