**SELFIS – SELbst FInden & Stärken**.

Die **SHG Hoffnungsschimmer & Sonnenschein** laden ein zu einem 3-tägigen **„Empowerment, Resilienz und persönliche Assistenz“- Training** zur Stärkung von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen und Angehörigen gefördert von der **AOK**.

Das Training trägt zum Erkennen eigener Stärken bei, fördert das Selbstbewusstsein und die eigene Handlungskompetenz im privaten und beruflichen Kontext. Die selbst mit einer Beeinträchtigung lebenden Trainer\*innen bringen ihre eigenen Erfahrungen mit ein.

**Termin**: Fr. 03.09. – So. 05.09.2021, 09:00 Uhr – 15:00 Uhr   
**Veranstaltungsort:** Bésuch – die Tanzschule, Am Helweg 9, 31655 Stadthagen  
**Anmeldung**: [shg-hoffnungsschimmer@gmx.de](mailto:shg-hoffnungsschimmer@gmx.de), [shg-sonnenschein@t-online.de](mailto:shg-sonnenschein@t-online.de), Kontakt Tel.: 05723/740879 (mit auf den AB sprechen)

**Teilnahmegebühr: ohne Verpflegung € 30,- (TN aus der Selbsthilfe), € 60,- (für Gäste)**

**Teilnehmerzahl: 20 (um Anmeldung wird gebeten)**

**Teilnahmevoraussetzungen:** Angesprochen sind Betroffene und Angehörige, die einen aktiven Wusch auf Selbststärkung und Veränderung der eigenen Situation haben.