

Wir finden uns im:

St. Martin
Pfarreizentrum



Martinstrasse 7
3600 Thun

Der erste Treff ist am:

Montag, 2. November 2009 18.30

Treffpunkt: Haupteingang Kirche



Kontaktpersonen:

Urs Zimmermann, Diakon
Röm.-Kath. Pfarrei St. Martin
Martinstrasse 7
3600 Thun
Tel. 033 225 03 33
zimmermann@kath-thun.ch

Eduard Wasner
Zulgstrasse 106
3613 Steffisburg
Te: 079 312 28 88
wasner@gmx.ch

www.bruecke-usem-loch.ch

**Die nächsten Daten werden wir
gemeinsam bestimmen.**

Vorschlag:

2. Treffen 23. Nov 09 / 18.30 Uhr:

.....

3. Treffen 7. Dez 09 / 18.30Uhr

.....

4. Treffen 21. Dez 09 / 18.30 Uhr

.....

5. Treffen 4. Jan 2010 / 18.30 Uhr

.....

6. Treffen 18. Jan 2010/ 18.30 Uhr

Abschlussabend: evtl mit Imbiss

Notizen:

.....

.....

.....

.....

www.bruecke-usem-loch.ch

„Brücke usem Loch“

„Brücke usem Loch“
ist eine gute
Selbsthilfegruppe und
ein beliebte Treffpunkt
geworden.

Hier treffen sich
Menschen, die sich – aus
welchen Gründen auch
immer –
aus der Gesellschaft
zurückziehen
und isoliert davon
zu leben beginnen, oder
schon lange so leben.



www.bruecke-usem-loch.ch

ZIEL

Anschluss finden für Menschen, ob jung oder alt, Mann oder Frau, die vereinsamen oder bereits vereinsamt leben, Menschen, die Neues erahnen und zurück ins Leben finden und gehen möchten.

Die Gruppendynamik lässt einen Raum des Vertrauens entstehen. Jede Frau und jeder Mann in der Gruppe ist wie ein Brückenelement.

Wir wollen entdecken, von einander hören und lernen, um miteinander im Dasein für mich, für andere und für das Heute und Morgen Leben zu entfalten.

Die Themen für jeden der folgenden Abende bestimmen wir miteinander nach jedem Treffen.

Kurzum:

„Niemer isch z’viel y dere Gruppe!

www.bruecke-usem-loch.ch

Zeitraumen

Die Gruppe trifft sich zu vier bis sechs thematischen Abenden.

Mögliche Themenfelder sind:

- Einander kennen lernen
- Tagesstrukturen besprechen
- Rhythmus finden
- Die innere und äussere Wohnung gestalten
- Vertraulich: was heisst das?
- Lebenszirkel und Lebensnetze aufbauen und pflegen
- Lebenskonturen erkennen und Brücken sehen
- Nimm und iss! Die Kraft der Nahrung
- Vertrautes wieder gewinnen und Lebenstreue spüren
- Schwellenangst und Befreiung

www.bruecke-usem-loch.ch

- Nach guten Tagen Ausschau halten
- Befreiendes aus der Religion und aus der Spiritualität kennen
- Zusammen im gleichen Boot. Die Kunst von Nähe und Distanz.
- Welchen Kurs wähle ich, um glücklich zu sein.
- Das Leben " spielt " eine wichtige Rolle

Zäme wärde mir immer stärker
Zäme wird's heller

„Brücke usem Loch“



www.bruecke-usem-loch.ch