



## AMBULANTE RECOVERY-GRUPPE

---

OFFENER AUSTAUSCH UNTER BETROFFENEN

**«Recovery ist eine Haltung, eine Einstellung und ein Weg, die täglichen Herausforderungen anzugehen. Es ist ein selbstgesteuerter Prozess, um Sinn und Zielsetzung ins Leben zurückzugewinnen. Beim Akzeptieren dessen, was wir nicht werden, tun oder sein können, beginnen wir zu entdecken, wer wir sein können und was wir tun können».**

(Patricia Deegan)



Überall für alle

**SPITEX**

Dagmersellen

# NUTZEN SIE DIE CHANCEN VON RECOVERY

**Der Begriff «Recovery» stammt aus dem Englischen und bedeutet «Wiederherstellung oder «Genesung». Recovery ist ein Prozess, der über eine persönliche Auseinandersetzung mit der eigenen psychischen Erkrankung funktioniert.**

Betroffene Menschen sind die Experten im Erleben ihrer Erkrankung, die sie täglich begleitet. In unserer ambulanten Recovery-Gruppe erhalten sie die Möglichkeit sich mit anderen betroffenen Mitmenschen über die Bewältigung von schwierigen Lebenssituationen auszutauschen.

## GRUPPENLEITUNG

Michaela Pape, Expertin aus eigener Erfahrung, Dipl. Mental-Trainerin

## CO-LEITUNG

Manuela Peter, HöFa Dipl. Pflegefachfrau HF, Team Psychosoziale Begleitung

## THEMA

Das Thema wird gemeinsam definiert.

## ZEIT & ORT

Die Gruppe trifft sich jeweils für ca. 1–1.5h in der Spitex Dagmersellen. Die Daten finden Sie auf unserer Website.

## KOSTEN

Die Kosten werden von der Grundversicherung übernommen.

## ANMELDUNG

Ihre Anmeldung richten Sie an Ihre Bezugsperson. Wenn Sie noch keine Leistung beziehen, melden Sie sich bei uns.

Dabei profitieren sie von der eigenen Recovery-Erfahrung unserer Gruppenleiterin. Die ganzheitliche Betrachtung auf eine Person und ihre einzigartige Geschichte stehen dabei im Vordergrund. Der Fokus liegt auf den persönlichen Ressourcen und Stärken, die vorhanden sind und wieder gestärkt werden wollen – nicht nur das «Kranke» wird betrachtet. Der Reichtum an Erfahrungen in ihrem Krankheitserleben ist sehr wertvoll und soll genutzt werden.

## IHR PERSÖNLICHER ERFAHRUNGSSCHATZ HILFT

Wir laden Sie ein, die Chancen von Recovery zu nutzen. Machen Sie mit in der Recovery-Gruppe der Spitex Dagmersellen. Lassen Sie andere teilhaben an Ihrem persönlichen Erfahrungsschatz – daraus kann ein Weg der Genesung und mehr Lebensqualität für Sie und auch für andere entstehen.

## WIR SIND GERNE FÜR SIE DA.

### Spitex Dagmersellen

Industriestrasse 17  
6252 Dagmersellen

Telefon: 062 756 00 00

E-Mail: [info@spitex-dagmersellen.ch](mailto:info@spitex-dagmersellen.ch)

### Öffnungszeiten:

Montag-Freitag 7.30 – 11.30 | 13.30 – 16.00 Uhr

[www.spitex-dagmersellen.ch](http://www.spitex-dagmersellen.ch)