

Besuchen Sie eine der vielfältigen Veranstaltungen  
rund um den Linzer Tag der Sprachen 2015!

<b>Selbsthilfegruppe für türkischsprachende Frauen stellt sich vor</b>
--

Die Selbsthilfegruppe für türkischsprachende Frauen mit Depressionen ist die erste ihrer Art in Oberösterreich. Frauen stärken sich durch den gegenseitigen Erfahrungsaustausch, indem sie sehen, dass andere ähnlich empfinden und gewinnen dadurch Ideen, wie sie ihre Handlungsspielräume erweitern können. Besonders wenn es um den Ausdruck von Gefühlen geht, gewinnt die Anwendung der Erstsprache in der Selbsthilfe an besonderer Bedeutung.

Eine wesentliche Herausforderung der Selbsthilfe von und für türkischsprachende Frauen ist, Hemmschwellen abzubauen, da häufig das Konzept der gesundheitsfördernden Selbsthilfe nicht bekannt ist und es ein großes Maß an Vertrauen braucht, um sensible Themen anzusprechen.

Ilknur Düzler, MA, ehrenamtliche Leiterin und Initiatorin der Selbsthilfegruppe, berichtet über den Aufbau, die Potentiale und die Hürden der Selbsthilfe von MigrantInnen, die ihre ganz eigenen Wege findet bzw. finden muss. In einem offenen Austausch wird anschließend der Frage nachgegangen, wie Selbsthilfe von und für MigrantInnen funktionieren kann.

**Veranstalter:** Selbsthilfegruppe für türkischsprachende Frauen mit Depressionen in Kooperation mit der Fach- und Forschungsstelle für Migration, Integration und interkulturelle Bildung, einer Einrichtung der Caritas für Menschen in Not

**Termin:** 25. September 2015, 15 Uhr

**Ort:** Caritas für Menschen in Not, Hafnerstr. 28, 4020 Linz, Besprechungsraum Erdgeschoß