

## Tankstelle am Donnerstag



### WO KANN ICH NEUE KRAFT AUFTANKEN, WENN MEIN AKKU LEER IST?

Im Alltag werden viele Menschen immer mehr mit steigenden Leistungserwartungen konfrontiert. Andere wiederum haben Mühe mit der Leere umzugehen, sei dies, weil sie keinen Erwerb mehr haben oder alleine sind.

Beides raubt Energie und kann zur körperlichen und seelischen Erschöpfung führen. Wie gerne würde man in dieser Situation abschalten und einen Ort aufsuchen können, wo nicht Konsumation im Vordergrund steht, sondern ein ungezwungenes Zusammensein mit anderen Menschen. Oder einen Ort, wo man auch für sich sein kann.

Tue deinem Körper und deiner Seele etwas Gutes. Achte auf deine Bedürfnisse und schaffe Raum für Erholung. Eine Insel dafür bieten wir in der

### TANKSTELLE AM DONNERSTAG

jeden Donnerstag von 18.00 bis 21.00 Uhr, in Coronazeiten per Skype <https://www.skype.com/de/> (ausser Schulferien) im Begegnungszentrum Anhaltspunkt, Ida Sträuli-Strasse 91, 8404 Winterthur-Neuhegi



Informationen zu weiteren Veranstaltungen auf [www.anhaltspunkt-neuhegi.ch](http://www.anhaltspunkt-neuhegi.ch)