

Liebe Angehörigen

Sie haben es selbst erfahren: Die psychische Erkrankung eines Angehörigen trifft die Familie besonders schwer. Die VASK Zürich bietet Ihnen einen Kurs an, der in der Schweiz schon vielfach erprobt wurde und speziell auf die neu entstandene Situation in der Familie zugeschnitten ist.

Profamilie strebt nicht Selbsterfahrung oder Therapie an, sondern ein Informationsprogramm, welches den Teilnehmenden Wissen, Kenntnisse und Fertigkeiten zur Verbesserung der Lebensqualität der ganzen Familie vermittelt. Im Verlauf des Kurses werden schwerpunktmässig folgende Themen angesprochen: Ursachen der schizophrenen Erkrankung und ihre Behandlung, Abgrenzung, Loslassen, notwendige Hilfe in Anspruch nehmen sowie ein soziales Netzwerk aufbauen und pflegen.

Die VASK Zürich freut sich auf eine zahlreiche und interessierte Teilnahme. Da die Zahl der Teilnehmenden beschränkt ist, werden die Anmeldungen nach ihrem Eingang berücksichtigt.

Wir freuen uns, Sie bald in einem der nächsten Kurse persönlich kennen zu lernen.

VASK Zürich

## Kursprogramm:

Jeweils am Montagabend von 18.30 Uhr bis 21.00 Uhr

- 27.09.2010 Begrüssung und Einleitung
- 04.10.2010 Schizophren-psychotische Erkrankung:  
Ursachen, Ausprägungen, Prognosen
- 11.10.2010 Behandlungskonzepte, Medikamente
- 18.10.2010 Kommunikationsfertigkeiten
- 25.10.2010 Fertigkeiten, sich abzugrenzen
- 01.11.2010 Umgang mit Schuldgefühlen  
Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen entwickeln
- 08.11.2010 Realistische Erwartungen entwickeln  
Notwendige Hilfe in Anspruch nehmen
- 15.11.2010 Ein soziales Netzwerk aufbauen und pflegen  
Rückblick

Wir danken der Firma Eli Lilly (Suisse) S.A. für ihre finanzielle Unterstützung.

## **Kursort:**

**Altersheim Klus Park, Asylstrasse 130, 8032 Zürich**  
Wegbeschreibung: ab Bahnhofplatz Tram Nr. 3 Richtung Klus oder ab Paradeplatz oder Bellevue Tram Nr. 8 Richtung Klus bis Endstation. Dann ca. 150 m zurückgehen.  
Parkplätze sind keine vorhanden.

## **Fragen und Anmeldung:**

Angela Föllmi  
Hurdnerstr. 76  
8640 Hurden

Telefon: 055 410 16 68

E-Mail [angela.foellmi@swissonline.ch](mailto:angela.foellmi@swissonline.ch)

oder

VASK Zürich  
Marlis Cueni, Sekretariat  
Langstrasse 149  
8004 Zürich

Telefon: 044 240 38 76 / Fax 044 240 38 77

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

[www.vaskzuerich.ch](http://www.vaskzuerich.ch)

# **Profamilie 2010**

## **Herbst**

Schulungsprogramm für Angehörige  
von Schizophrenie-/Psychisch-Kranken

### **Kursdaten für Herbst 2010 in Zürich:**

8 Kursabende (Montag)  
27. September bis 15. November 2010  
Zeit: 18.30 – 21.00 Uhr

### **Kursleitung:**

Angela Föllmi (Kommunikation, Coaching, Mediation)  
Dr. med. Benjamin Dubno, Oberarzt, IPW  
Hanspeter Lüthy, dipl. Sozialarbeiter FH, KIZ

### **Kursort:**

**Altersheim Klus Park, Asylstrasse 130, 8032 Zürich**  
Wegbeschreibung: ab Bahnhofplatz Tram Nr. 3 Richtung Klus oder ab Paradeplatz oder Bellevue Tram Nr. 8 Richtung Klus bis Endstation. Dann ca. 150 m zurückgehen.  
Parkplätze sind keine vorhanden.

### **Kurskosten:**

Einzelperson	Fr. 170.-	Mitglied	Fr. 120.-
Ehepaare	Fr. 220.-	Mitglieder	Fr. 170.-