



VASK Zürich seit 1986 Angehörige für Angehörige

## Selbsthilfe-Treffpunkt Winterthur

Anlaufstelle für Angehörige von psychisch Kranken Jugendkafi Stadtmuur Holderplatz 4 8400 Winterthur

Jeden ersten Montag im Monat von 19.00 – 21.00 Uhr treffen sich Angehörige.

## Der Selbsthilfe-Treffpunkt ermöglicht:

- · Zu erfahren, dass man nicht alleine ist
- Das Tabu des Schweigens und die Isolation zu durchbrechen
- Denkanstösse durch andere Sichtweisen zu bekommen
- Von anderen Lösungsmöglichkeiten zu hören
- Sich gegenseitig den Rücken zu stärken
- Neuen Mut zu fassen

## Daten 2024:

8. Januar	6. Mai	2. September
5. Februar	3. Juni	7. Oktober
4. März	1. Juli	4. November
8. April	August Ferien	2. Dezember

Weitere Auskünfte erhalten Sie beim Beratungs-Telefon 044 240 48 68

Dienstag von 10.00 – 14.00 Uhr Donnerstag von 15.00 – 18.00 Uhr