



Zum Internationalen Tag der psychischen Gesundheit

## KALEIDOSKOP SELBSTHILFE

Informieren – Austauschen – Erleben

**Dienstag, 30. Oktober 2018**

**15.30 bis 19.30 Uhr**

Klinik Schlosstal, Grosser Saal

Wieshofstrasse 102, 8408 Winterthur-Wülflingen

Selbsthilfe ist wirksam – sie verändert, stärkt und zeigt neue Wege auf.

Was Selbsthilfe ist, wie sie erfahren wird, welche Chancen sie bietet, wo und in welcher Form sie in der Region Winterthur – Zürcher Unterland zu finden ist: Das sind die zentralen Themen der Veranstaltung «KALEIDOSKOP SELBSTHILFE». Betroffene, Angehörige, Fachpersonen und alle Interessierten sind herzlich willkommen. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

### Programm

Durchgehend von 15.30 bis 19.30 Uhr: Informationsstände und Verpflegung

15.30 Uhr Türöffnung

16.00 Uhr Begrüssung durch Urs Hepp, Ärztlicher Direktor ipw

16.05 Uhr [Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitutionen](#)

Maja Ingold, Alt-Nationalrätin, Stiftungsrätin Selbsthilfe Schweiz, und Eva Maurer, Co-Leiterin SelbsthilfeZentrum Region Winterthur

16.30 Uhr [Selbsthilfegruppen – Jammerclub, Kaffeekränzchen, Hilfsnetz?](#)

Selbsthilfegruppenmitglieder lüften das Geheimnis

17.15 Uhr [Hut, Ball, Sandwich – Unterstützung konkret](#)

Claudine Frey, Co-Leiterin SelbsthilfeZentrum Region Winterthur

[Unterstützung zur Selbsthilfe in der Klinik](#)

Nadia Küng, Ergotherapeutin ipw, und Judith Zink, Fachgruppenleiterin

Kunsttherapie, Kunsttherapeutin ipw

18.00 Uhr [Selbsthilfe und Peerarbeit](#)

Raphael Nüssli, Peer-Mitarbeiter ipw

18.45 Uhr [Angehörigenberatung – auch das noch!](#)

Thomas Lampert, Netzwerk Angehörigenarbeit Psychiatrie (NAP)

[Selbsthilfe als Selbsthilfewerkstatt?](#)

Bruno Facci, Präsident VASK Schweiz

Moderation: Karin Landolt



### Teilnehmende Organisationen

Integrierte Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland, SelbsthilfeZentrum Region Winterthur (Veranstalter), Die Dargebotene Hand; «Gemeinsam neue Wege entdecken»; gleichundanders; NAP; Pro Mente Sana; Radio Schrägformat; Schwalbe Freizeitverein; Selbsthilfe Schweiz; SHG Autismus; Trialog & AntiStigmaSchweiz; VASK

### Kontakt

Koordinations- + Beratungsstelle ipw, [koordinationsstelle@ipw.zh.ch](mailto:koordinationsstelle@ipw.zh.ch), Tel. 052 264 37 64



Anreise: Vom HB Winterthur mit Bus Nr. 7 Richtung Wülflingen bis Haltestelle «Klinik Schlosstal». Es stehen nur wenige Besucher-Parkplätze zur Verfügung.