



Wegbeschreibung

ZAG, Turbinenstrasse 5, 8400 Winterthur

Zu Fuss vom Bahnhof aus:

Das ZAG befindet sich auf dem Sulzer-Areal und ist vom Bahnhof Winterthur in wenigen Minuten erreichbar. Benutzen Sie den Aufgang zur Rudolfstrasse und gehen Sie nach Links. Das Einkaufszentrum Neuwiesen ist nun rechterhand. Folgen Sie dem Verlauf des Einkaufszentrums bis Sie an die Kreuzung der Zürcherstrasse kommen. Überqueren Sie beim Lichtsignal die Zürcherstrasse und halten Sie sich rechts. Sie gelangen an den Fussgängerstreifen an der Pionierstrasse. Überqueren Sie den Fussgängerstreifen und gehen Sie den Durchgang zwischen den zwei Gebäuden vor der Stadtverwaltung Winterthur hindurch.

Kurskosten:

Pro Person Fr. 200.- VASK-Mitglieder Fr. 150.-

Fragen und Anmeldung:

VASK Zürich

Marlis Cueni, Sekretariat, Langstrasse 149, 8004 Zürich

Telefon: 044 240 38 76

E-Mail: info@vaskzuerich.ch - www.vaskzuerich.ch

Profamilie Kurs Frühling 2019

Eine psychische Krankheit betrifft die ganze Familie

Schulungsprogramm für Angehörige von psychisch Kranken

6 Kursabende (jeweils am Mittwochabend)

10. April bis 22. Mai 2019 (am **01.05.2019** ist kein Kurstag)

Zeit: 18.00 – 20.30 Uhr

Kursleitung:

Maria Bollhalder

Berufsschullehrperson im Gesundheitswesen,
MAS in Erwachsenenbildung, Pflegeexpertin, Psychodramatherapeutin n. C.G. Jung

Tel. 079 446 49 84 / E-Mail: maria.bollhalder@zag.zh.ch

Kursort:

ZAG, Zentrum für Ausbildung im Gesundheitswesen
Turbinenstrasse 5, 8400 Winterthur

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 **Mittwochabend** von 18.00 Uhr bis 20.30 Uhr

10.04.2019, 17.04.2019, 24.04.2019, 08.05.2019, 15.05.2019 und
22.05.2019 **Achtung Mittwoch, 01.05.2019 ist kein Kurstag**

- Einführung in die Thematik
- Schizophrenie – eine psychotische Erkrankung: Ursachen, Ausprägungen, Prognosen, Verhalten und Umgang
- Behandlungskonzepte: Therapien und Medikation
- Kommunikationsfertigkeiten und deeskalative Massnahmen bei Aggression
- Umgang mit sozialen Institutionen, rechtlichen Vorschriften und Behörden, etc.
- Abgrenzung, Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen, Schuldgefühle und realistische Erwartungen
- Soziales Netzwerk aufbauen und pflegen und notwendige Hilfe in Anspruch nehmen