



## Selbsthilfe-Treffpunkt Winterthur

**Anlaufstelle für Angehörige  
von psychisch Kranken**

*VASK Zürich 1986 – 2016  
30 Jahre  
Angehörige für Angehörige*

**Selbsthilfezentrum, 2. oder 3. Stock  
Holderplatz 4 8400 Winterthur**

Jeden ersten Montag im Monat von 19 – 21 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 2017:**

9. Januar	8. Mai	4. September
6. Februar	12. Juni	2. Oktober
13. März	3. Juli	6. November
3. April	August Ferien	4. Dezember

Weitere Auskünfte erhalten Sie beim  
Beratungs- und Kontakt-Telefon 044 240 48 68  
Dienstag von 10.00 – 14.00 Uhr  
Donnerstag von 15.00 – 18.00 Uhr