



*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 2025:**

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