



Offene Tür Zürich
Jupiterstrasse 42
8032 Zürich
www.offenetuer-zh.ch

Selbsthilfegruppe für Menschen mit schizoaffektiven Psychosen und tiefen Depressionen

„Glücklichsein ist unser Geburtsrecht“

- Ich mag mich meiner Krankheit wegen nicht grämen
- Ich mag mein Leben in Eigenverantwortung führen
- Ich möchte Menschen treffen, die diese Krankheit auch kennen und sich austauschen möchten

„Zuerst war diese Traurigkeit, mit der ich nicht umzugehen wusste. Darauf hin bildete sich schnell eine tiefe Depression und eine Psychose. Heute geht es mir viel besser und ich möchte die Freude mit anderen Menschen teilen.“

Sinn dieser Selbsthilfegruppe ist es, auf allen Ebenen mit dieser Krankheit umgehen zu können. Die Gruppe soll einen Raum schaffen, in dem man von einander erfährt, aber auch einmal zusammen kocht und alles zusammentragen kann, was man im Zusammenhang mit dieser Krankheit erfahren hat oder noch immer erfährt. Auch sollen Wünsche und Träume für die eigene Zukunft mit dieser Krankheit ihren Platz finden, egal wie unrealistisch diese uns heute erscheinen.

Alle TeilnehmerInnen bringen Themen ein und sind gemeinsam für die Gruppe verantwortlich. Die Gruppe wird anfangs durch eine Beraterin des Selbsthilfezentrums begleitet.

Falls Sie an dieser Gruppe interessiert sind, würde ich mich freuen, Sie in der Gruppe kennen zu lernen.

Infos & Anmeldung unter:



Selbsthilfezentrum
Telefon: 043 288 88 88
Mail: selbsthilfe@offenetuer-zh.ch



Offene Tür Zürich
Jupiterstrasse 42
8032 Zürich
www.offenetuer-zh.ch

Selbsthilfegruppe für Menschen mit schizoaffektiven Psychosen und tiefen Depressionen

„Glücklichsein ist unser Geburtsrecht“

- Ich mag mich meiner Krankheit wegen nicht grämen
- Ich mag mein Leben in Eigenverantwortung führen
- Ich möchte Menschen treffen, die diese Krankheit auch kennen und sich austauschen möchten

„Zuerst war diese Traurigkeit, mit der ich nicht umzugehen wusste. Darauf hin bildete sich schnell eine tiefe Depression und eine Psychose. Heute geht es mir viel besser und ich möchte die Freude mit anderen Menschen teilen.“

Sinn dieser Selbsthilfegruppe ist es, auf allen Ebenen mit dieser Krankheit umgehen zu können. Die Gruppe soll einen Raum schaffen, in dem man von einander erfährt, aber auch einmal zusammen kocht und alles zusammentragen kann, was man im Zusammenhang mit dieser Krankheit erfahren hat oder noch immer erfährt. Auch sollen Wünsche und Träume für die eigene Zukunft mit dieser Krankheit ihren Platz finden, egal wie unrealistisch diese uns heute erscheinen.

Alle TeilnehmerInnen bringen Themen ein und sind gemeinsam für die Gruppe verantwortlich. Die Gruppe wird anfangs durch eine Beraterin des Selbsthilfezentrums begleitet.

Falls Sie an dieser Gruppe interessiert sind, würde ich mich freuen, Sie in der Gruppe kennen zu lernen.

Infos & Anmeldung unter:



Selbsthilfezentrum
Telefon: 043 288 88 88
Mail: selbsthilfe@offenetuer-zh.ch