

Netzwerk-Brief

Neuigkeiten aus dem Sozial- und Gesundheitswesen für Menschen mit einer psychischen Erkrankung, Angehörige und Fachpersonen.



Herausgepickt

Die Dargebotene Hand spricht seit 1. Januar 2023 Englisch

Die Dargebotene Hand bietet neu über die Gratisnummer 0800 143 000 Gespräche auf Englisch an. Die neue Linie «Heart2Heart» ist täglich von 18 bis 23 Uhr erreichbar. Mit dem neuen Angebot in Englisch reagiert die Dargebotene Hand auf einen Trend, dass mehr und mehr Anrufende ein englisches Gespräch bei 143 wünschen.

Die Dargebotene Hand | heart2heart.143.ch | T 0800 143 000

Gruppenangebote

Neue Selbsthilfegruppen sind im Aufbau

[Autismus](#) / [Depression – wenn man als Eltern an Depression leidet](#) / [Elektrosensible Menschen](#) / [Freiwillig verwaist](#) / [Häusliche Gewalt \(Video-Selbsthilfegruppe\)](#) / [Inkontinenz](#) / [Introvertiert – leise Menschen in einer lauten Welt](#) / [Long Covid](#) / [Migräne/Kopfschmerzen](#) / [Nesthocker – Eltern](#) / [Pädophilie – Angehörige](#) / [Schwangerschaftsabbruch](#) / [Sexueller Missbrauch in der Kindheit](#) / [Tourette-Syndrom – Angehörige](#) / [Transgender – Eltern](#) / [Trauer um ein Kind \(Eltern\)](#) / [Vater und Mann Sein heute](#).
Alle Selbsthilfegruppen im Raum Winterthur und Schaffhausen finden Sie [hier](#).

Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen | selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch | info@selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch | T 052 213 80 60

Kurs «Wegweiser»: Wissenserweiterung für Angehörige

Die psychische Erkrankung eines Angehörigen trifft die Familie besonders schwer. Die VASK Zürich bietet Ihnen einen Kurs an, der speziell auf die neu entstandene Situation in der Familie zugeschnitten ist. Der Kurs findet an sechs Abenden statt und vermittelt den Teilnehmenden Wissen, Kenntnisse und Fertigkeiten zur Verbesserung der Lebensqualität der ganzen Familie.

VASK Zürich | vaskzuerich.ch | Kursstart: 11. April 2023 | info@vaskzuerich.ch

Neuer Intensivkurs: Sinn- und bedeutungsorientierte Gruppentherapie

Das Angebot richtet sich an erwachsene Personen, die sich mit sich selbst und dem Leben mit seinen Höhen und Tiefen auseinandersetzen möchten. Durch gruppentherapeutische und erlebnisorientierte Angebote ermöglichen Fachpersonen für Psychiatrie und Psychotherapie den Teilnehmenden eine sinnerfüllte Lebensgestaltung. Insgesamt sechs Sitzungen. Richtet sich an Selbstzahler.

meaning centred therapy | meaning-therapy.com | Kursstart: 31. Mai 2023 | info@meaning-therapy.com

Freie Plätze in der Interdisziplinären Intervisionsgruppe Winterthur

Für Personen aus dem Sozial- oder Gesundheitswesen, die in ihrer Tätigkeit auch Menschen mit psychischen Erkrankungen beraten und begleiten. Die Gruppe ist interdisziplinär zusammengesetzt und trifft sich fünf Mal im Jahr jeweils am Donnerstagvormittag. Der Fachaustausch ermöglicht Einblicke in die verschiedenen Fachgebiete und Arbeitsweisen und gibt Anregungen für die eigene Arbeit mit psychisch erkrankten Menschen. Das Angebot ist kostenlos.

Koordinations- und Beratungsstelle | Katherine Olsen | katherine.olsen@ipw.ch | T 052 264 39 24

Beratung und Begleitung

Angehörigenbegleitung: Leben mit Schizophrenie

Kostenloses Beratungsangebot (schriftlich, telefonisch, videophonie) für Angehörige und Bezugspersonen. Ein Team aus ausgebildeten Genesungs- und Angehörigenbegleitenden EX-IN und Fachpersonen begleitet diese mit Impulsen aus verschiedenen Perspektiven.

Leben mit Schizophrenie | lebenmitschizophrenie.ch/beratung

Projekt «Ein eigenständiges Leben»

Beratung und Case Management für gewaltbetroffene Migrantinnen in ausländerrechtlichen Abhängigkeiten. Das Angebot richtet sich an Migrantinnen im Kanton Zürich, deren Aufenthaltsbewilligung von ihrem (Ehe-)Partner oder Arbeitgeber abhängig ist und die von dieser Person Gewalt erfahren oder unter Druck gesetzt werden. Ziel des Projekts ist es, betroffene Migrantinnen zu unterstützen, sich nachhaltig aus einer Gewaltsituation zu lösen, indem wir sie dabei unterstützen, ein eigenständiges Leben mit eigenständigem Aufenthaltsstatus aufzubauen.

FIZ Fachstelle Frauenhandel und Frauenmigration | fiz-info.ch | contact@fiz-info.ch | T 044 436 90 00

Unterstützung beim Ausfüllen der Steuererklärung in Winterthur

Fachleute helfen beim Ausfüllen der Steuererklärung. Kostenlos, Unkostenbeitrag ab einem Jahreseinkommen von CHF 40'000.- bei Einzelpersonen und CHF 60'000.- bei Familien.

Evangelischen Frauenbund Zürich | vefz.ch/agenda | T 044 405 73 30

Bildung und Arbeit

Arbeiten in der Schweiz mit Status S: Was Sie wissen sollten!

Das Handout soll Geflüchteten mit Status S die in der Schweiz relevanten arbeitsrechtlichen Grundlagen vermitteln und sie davor bewahren, sich aus Unkenntnis auf unangemessene oder ausbeuterische Arbeitsverhältnisse einzulassen. Es wurde von einer Rechtsanwältin der DFA erarbeitet und steht in Deutsch, Ukrainisch und Russisch zur Verfügung.

Die kirchliche Fachstelle bei Arbeitslosigkeit DFA | dfa.ch | Handout

Wohnen und Freizeit

Wohnen mit Vielfalt: Ein Projekt des Aktionsplans UN-Behindertenrechtskonvention

Das Projekt «Wohnen mit Vielfalt» zielt darauf ab, inklusive sozialraumnahe Wohnmöglichkeiten für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen zu fördern. Die Website bietet zahlreiche praxistaugliche Handlungsinputs zur Wohnungssuche und zum Wohnen im Sozialraum.

Wohnen mit Vielfalt | wohnen-mit-vielfalt.ch

Personen und Institutionen

VASK Beratungstelefon: Neue Beratungszeiten seit Januar 2023

Unser Beratungstelefon für Angehörige psychisch erkrankter Menschen ist am Dienstag von 10 bis 14 Uhr und am Donnerstag neu von 17 bis 20 Uhr für Sie da.

VASK Zürich | vaskzuerich.ch | T 044 240 48 68

«Schweigepflicht» Der Podcast über die KESB Winterthur-Andelfingen

Die KESB Winterthur-Andelfingen öffnet ihre Türen: Mitarbeitende der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde erzählen von Fällen aus ihrem Alltag. Die Podcast-Serie klärt auf, wo die Möglichkeiten und Grenzen der Menschen liegen, die bei der KESB arbeiten.

KESB Winterthur-Andelfingen | kesb-wa.ch/ueber-uns/podcast

Für eine effiziente Überweisung von Patientinnen und Patienten

Das Triagezentrum (TAZ) der Integrierten Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland (ipw) ist Ihr Ansprechpartner für Zuweisungen in sämtliche ipw-Angebote. Das Triage-Team aus erfahrenen Pflegefachpersonen nimmt Anmeldungen auch ausserhalb der Geschäftszeiten entgegen und sorgt für ein effizientes und sicheres Aufgebot der Patientinnen und Patienten. Senden Sie Überweisungen also direkt an TAZ@ipw.ch, wir helfen gerne weiter.

Integrierte Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland | TAZ | TAZ@ipw.ch

Kalender

Recovery Dialog Winterthur

Angehörige, Krisenerfahrene und Fachpersonen tauschen sich gleichberechtigt darüber aus, wie Genesung (Recovery) auch in einem Leben mit psychischen Erschütterungen gelingen kann.

Jeden 2. Donnerstag im Monat, 18-20 Uhr oder 17.30-19 Uhr | recovery-dialog.ch | info@recovery-dialog.ch

«VESO Radio Schrägformat»

Menschen mit psychischer Beeinträchtigung und/oder sozialen Schwierigkeiten machen unter fachkundiger Anleitung monatlich eine einstündige Radiosendung.

Jeden 1. Donnerstag im Monat, 16-17 Uhr | Radio Stadtfilter, DAB+: 5D Region Winterthur und 9D Grossraum Zürich | radio-schraegformat.ch

Elternveranstaltungen der Pro Juventute zum Umgang mit digitalen Medien im Familienalltag

Digitale Medien und Kommunikationsformen wie Instagram, Snapchat, YouTube oder WhatsApp prägen den Alltag von Kindern und Jugendlichen. Bilder, Musik und Videos via Smartphone zu teilen und zu kommentieren, gehört früher oder später ebenso zur Tagesordnung wie das Spielen digitaler Games. In unseren Veranstaltungen erhalten Eltern und Bezugspersonen anhand konkreter Beispiele Informationen zu den Chancen und Risiken im Internet sowie Tipps zum Umgang mit digitalen Medien im Familienalltag.

März bis Juni 2023 | online | Informationen und Anmeldung

Jubiläum 10 Jahre andante Tageszentrum für Menschen mit Hirnverletzung

11. März 2023, 13-16 Uhr | andante Tageszentrum, Winterthur | Informationen

VESO Gartenbrockenhaus: Frühlingsfest

11. und 12. März 2023 | Römerweg 17, Embrach | Informationen

Infopunkt Selbsthilfe

Ein Selbsthilfegruppenmitglied und eine Fachfrau des Selbsthilfezentrums stehen während dieser Zeit zur Verfügung und geben unverbindlich Auskunft zu allen Themen rund um Selbsthilfegruppen. Betroffene, Angehörige und Fachpersonen sind eingeladen, vorbeizuschauen.

13. März 2023, 16-17.30 Uhr | Klinik Schlosstal, Winterthur | selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch | info@selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch | T 052 213 80 60

Öffentlicher Vortrag: Handlungsfähig bleiben durch Bewegungen

Manchmal lähmt eine psychische Belastung so sehr, dass alles im wahrsten Sinne des Wortes blockiert. Um innere Blockaden zu lösen, braucht es psychische Unterstützung, aber auch die Arbeit mit dem Körper. Sie erfahren mehr über die Wirkung der Bewegungstherapie. Mit Hilfe kleiner Übungen zeigen wir Ihnen, wie auch Sie Ihren Körper besser wahrnehmen und dadurch Ihre Gefühle besser regulieren können.

22. März 2023, 18.30-20 Uhr | Klinik Schlosstal, Winterthur | Informationen und Anmeldung

Fachtagung: Psychopharmaka – kontrovers diskutiert

An der ipw Fachtagung 2023 beleuchten Fachpersonen den aktuellen Wissensstand zu Diagnostik und spezifischen Behandlungsmethoden mit Psychopharmaka. Neben ihrem unbestrittenen Nutzen geraten auch die Schattenseiten in den Fokus. Seien Sie dabei und diskutieren Sie mit: Es erwarten Sie vielfältige Referate und Workshops zum fachlichen Austausch.

23. März 2023 | Technopark Winterthur und online | Informationen und Anmeldung

Netzwerktreffen #angehörig

«was bieten wir, was fehlt, was braucht es noch?» Das Netzwerk Angehörigenarbeit Psychiatrie NAP lädt zum Netzwerktreffen ein.

14. April 2023 | Zürich | Informationen und Anmeldung

Fachveranstaltung: Persönlichkeitsstörungen - eine Überlebensstrategie (Folgeveranstaltung)

Die Diagnostik und der Umgang mit Betroffenen wurden in der ersten Veranstaltung beleuchtet. In dieser Folgeveranstaltung werden im interaktiven Austausch anspruchsvolle Interaktionen aus dem eigenen Arbeitsalltag diskutiert. Teilnahme an der ersten Veranstaltung wird nicht vorausgesetzt.

20. April 2023, 14-16 Uhr | Klinik Schlosstal, Winterthur | Informationen

Fachweiterbildung: Die geheime Welt der Zwangsstörung

Zwangsstörung verstehen, Expositionen selbständig planen und umsetzen. Für Fachpersonen aus Gesundheits- und Sozialberufen.

Start: 22. April 2023 | online | Informationen und Anmeldung

Nationale Tagung von INSOS und YOUVITA

Eine Berufswahl zu treffen ist für Heranwachsende mit psychischen Problemen eine grosse Herausforderung. Wie Jugendliche mit psychischen Erkrankungen in der Berufsfindungsphase optimal begleitet werden können, ist das Thema der diesjährigen Tagung.

9. Mai 2023 | Landhaus Solothurn | Informationen

Angehörigerveranstaltung: Generation Krise? Jugend im Übergang

Der Übergang vom Jugendalter ins junge Erwachsenenalter ist für die psychische Gesundheit ein zentraler Lebensabschnitt. Wie können Jugendliche unterstützt werden um ihre Entwicklung möglichst gut zu fördern?

10. Mai 2023, 18-19.30 Uhr | gate27, Winterthur | Informationen

Wintegra Arbeitsintegration feiert ihr 20-jähriges Jubiläum!

11. Mai 2023, ab 16 Uhr | andante Tageszentrum, Winterthur | Informationen

Herausgeberin

Koordinations- und Beratungsstelle
Integrierte Psychiatrie Winterthur –
Zürcher Unterland

T 052 264 37 64

koordinationsstelle@ipw.ch

www.ipw.ch

www.rpknord.ch

Unsere Netzwerk-Briefe finden Sie unter:

ipw.ch/netzwerkbriefe

Der Netzwerk-Brief erscheint 4-mal jährlich.

Wir publizieren auch Ihre Neuigkeiten.
Kontaktieren Sie uns.

Redaktionsschluss 9. Mai 2023

Versand 23. Mai 2023

Termine ohne Gewähr.