

Netzwerk-Brief

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



Herausgepickt

(Massgeschneiderte) Fortbildung zu Sicherheit im Umgang mit Menschen in suizidalen Krisen

Berufsleute im Gesundheitswesen, im HR-, Bildungs- und Sozialbereich sowie Führungskräfte sind vergleichsweise häufig mit Suizidalität konfrontiert. Dabei tauchen oft Fragen oder Unsicherheiten auf. In unseren kostenlosen Fortbildungen vermitteln wir Wissen und Handlungssicherheit im Umgang mit Suizidalität. Unsere Referierende sind Expertinnen und Experten des «Forums für Suizidprävention und Suizidforschung Zürich».

Suizidprävention Kanton Zürich | gesundheitsfoerderung-zh.ch/FB-Suizid | suizidpraevention-zh.ch

Gruppenangebote

Neue Selbsthilfegruppen sind im Aufbau

[Chronische Erkrankung](#) / [CRPS, Komplexes regionales Schmerzsyndrom](#) / [Depression – wenn man als Eltern an Depression leidet](#) / [Elektrosensible Menschen](#) / [Eltern-Kind-Entfremdung](#) / [Freiwillig verwaist \(junge Menschen\)](#) / [Häusliche Gewalt \(Video-Selbsthilfegruppe\)](#) / [Inkontinenz](#) / [Long Covid](#) / [Migräne/Kopfschmerzen](#) / [Nesthocker – Eltern](#) / [Pädophilie – Angehörige](#) / [Schwangerschaftsabbruch](#) / [Spirituelle Missbrauch in Freikirchen](#) / [Suizidbetroffene \(fachgeleitete Gruppe\)](#) / [Tourette-Syndrom – Angehörige](#) / [Trans Menschen – Angehörige](#) / [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

Therapeutisches Boxen in Bülach

Beim Therapeutischen Boxen erlernen die Teilnehmenden einen verbesserten Zugang zu ihren Emotionen sowie ihrem Körper. Unsere Trainingseinheiten sind sportwissenschaftlich fundiert. Die Übungen während des Trainings sind an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst und fördern nachweislich den Genesungsprozess. Das Therapeutische Boxen wird als Einzel- und Gruppentraining angeboten.

Seelen-Leben – ambulante psychiatrische Spitex und Begleitung | seelen-leben.ch

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.

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

Beratung und Begleitung

malreden – das vielseitige Gesprächsangebot für Seniorinnen und Senioren

Die Evaluation im Jahr 2022 hat gezeigt, dass malreden für einsame ältere Menschen eine wichtige niederschwellige Lücke im bestehenden Beratungsangebot schliesst. Das Gesprächsangebot bietet älteren Menschen die Möglichkeit, ein Alltagsgespräch mit einem einfühlsamen Gegenüber zu führen und Sorgen und Freuden zu teilen. Telefonisch. Vertraulich. Kostenlos.

Verein Silbernetz Schweiz | malreden.ch | T 0800 890 890 | Täglich von 9 bis 20h

Demenzberatung in Winterthur

Für Menschen mit einer Demenzerkrankung sowie deren Angehörige gibt es neu eine spezialisierte, kostenlose Beratungsstelle in Winterthur. Eine Expertin gibt Auskunft zur Krankheit und deren Verlauf, zu Veränderungen im Umgang und in der Kommunikation mit Menschen mit Demenz, zu Unterstützung und Entlastung im Alltag sowie zu finanzieller Unterstützung.

Alzheimer Zürich und Stadt Winterthur | info@alz-zuerich.ch | T 043 499 88 63

Muttersprachliche Begleitung für Familien mit Fluchthintergrund

Für geflüchtete Familien ist der Zugang zu Angeboten der frühkindlichen Bildung, Betreuung und Erziehung erschwert. Begleitpersonen besuchen die Familien zu Hause oder treffen sich mit ihnen an einem öffentlichen Ort und informieren sie in deren Muttersprache über Angebote der Frühen Förderung. Dadurch werden Hemmschwellen abgebaut, Vertrauen aufgebaut und Kinder erfahren Integration und Förderung. Das Angebot ist kostenlos und vorerst bis Dezember 2023 befristet.

Amt für Jugend und Berufsberatung | Voraussetzung und Anmeldung | zh.ch/familie

«10 Tipps für ein gesundes Lebensgefühl»: ein Videoprojekt mit Jugendlichen

Das digitale Content-Projekt beinhaltet inspirierende Kurzvideos mit Jugendlichen, die ihre eigenen Erfahrungen teilen und aufzeigen, wie sie ein gesundes Lebensgefühl entwickeln. Gleichaltrige erhalten so auf Augenhöhe einfach umsetzbare Tipps, um ihre psychische Gesundheit zu fördern und um Anzeichen von psychischen Belastungen bei ihnen und ihren Freunden besser zu erkennen.

Schifti Foundation und Kinderseele Schweiz | kinderseele.ch | Videobeiträge

Bildung und Arbeit

EnableMe Jobs – inklusive Jobbörse: Entdecke Stellen, tausche dich aus und lasse dich inspirieren

Entdecke auf unserer Jobbörse Stellen von Unternehmen, die das Potenzial von Menschen mit Behinderungen erkennen. In unserer lebendigen Community kannst du dich mit anderen Betroffenen und Fachexpertinnen und -experten austauschen und auf dem Informationsportal erfährst du Wissenswertes über die Themen Arbeit und Bewerbung. Nutze die Chance und lass dich inspirieren! Du suchst eine Lehrstelle? Schau bei unserem Lehrstellenportal vorbei.

Stiftung MyHandicap | enableme.ch | Michelle Kolb | Projektleiterin | michelle.kolb@enableme.ch

Spezielle Deutschkurse von FEMIA

Kurse: "Deutsch-Alphabetisierung und Integration", "Deutsch A1 – einfach und klar!" und "Sprechpunkt Deutsch". Mit Kinderbetreuung.

FEMIA – Bildung und Kultur für Migrantinnen | femia.ch | Kursstart: 11. September 2023 | Kursdauer: sechs Monate | Kursort: Zürich

Wohnen und Freizeit

Schwalbe Freizeitprogramm 2023

Der Verein Schwalbe ist ein Freizeitverein für und von Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung oder mit eigenen Erfahrungen mit psychischen Beeinträchtigungen. Es freut uns sehr, dass an der letzten Vorstands-Sitzung vom 14. Juni 2023 beschlossen wurde, den Schwalbe Freizeitverein weiterzuführen.

Schwalbe Freizeitverein | schwalbe-freizeit.ch | Ausflüge 2023

Personen und Institutionen

Aus Jump und Jumpina wird «Jumpin Jugendberatung»

Die Jugendberatungsangebote Jump und Jumpina bündeln ihre Kompetenzen. Per 1. Juli 2023 werden sie neu unter dem Namen «Jumpin Jugendberatung» vereint. Nach wie vor ist das bewährte Angebot eine Anlaufstelle für Jugendliche am Übergang ins Berufs- und Erwachsenenleben, Eltern und Fachpersonen.

Stadt Winterthur | stadt.winterthur.ch/jumpin | jumpin@win.ch

Kalender

Recovery Trialog 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-trialog.ch | info@recovery-trialog.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

Fachtagung: Einsamkeit – geht uns alle an

29. August 2023 | Volkshaus Zürich | langzeitschweiz.ch

INSOS-Kongress: «Wir. Zusammen. Jetzt!»

Der diesjährige INSOS-Kongress widmet sich den grossen Veränderungen und Herausforderungen der aktuellen Zeit: Wertewandel, Generationenwechsel, Fachkräftemangel, Anforderungen der UN-Behindertenrechtskonvention und Digitalisierung.

30. und 31. August 2023 | Stadion Wankdorf, Bern | insos-kongress.ch

AUFGEWECKTE FOTO-GESCHICHTEN. Für kulturinteressierte Menschen mit Demenz und Bezugspersonen.

1./8./15. September 2023 jeweils 14.30-16.30 Uhr | Fotostiftung Schweiz, Winterthur | fotostiftung.ch | vermittlung@fotozentrum.ch | T 052 234 10 60

Informationsveranstaltung: Sucht im Alter vorbeugen – Ganz konkret!

4. September 2023, 13.30-16.30 Uhr | Technische Berufsschule Zürich | zfps.ch

Fachveranstaltung: Sexualität im Alter – auch bei Demenz?

14. September 2023, 14-16 Uhr | Alters- und Pflegezentrum Bruggwiesen, Effretikon | ipw.ch/veranstaltungen

Infopunkt Selbsthilfe

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

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

Nationale Jahrestagung Sozialpsychiatrie: «Ihre Teilnahme für mehr Teilhabe»

21. und 22. September 2023 | Psychiatrische Klinik Münsterlingen | sozialpsychiatrie.ch

Präventionskonferenz Bezirk Dielsdorf: 3 Menschen, 3 Tische, 1 Thema: psychische Gesundheit

Nach dem Prinzip „Nichts über uns ohne uns“ erzählen drei Expertinnen und Experten aus Erfahrung, wie es sich anfühlt, mit einer psychischen Erkrankung zu leben. Diese Präventionskonferenz wurde in Ko-Produktion mit dem Verein Trialog und Antistigma Schweiz organisiert und richtet sich an alle Interessierten im Bezirk Dielsdorf, insbesondere an Behördenmitglieder und Fachpersonen.

28. September 2023, 18 Uhr | Chliethalle Oberglatt | praevention-dielsdorf.ch

Veranstaltung für Angehörige und Interessierte: Pathologisches Horten – Messie-Syndrom

5. Oktober 2023, 18-19.30 Uhr | Doktorhaus, Wallisellen | ipw.ch/veranstaltungen

SPZ-Symposium: Kinder und Jugendliche: Entwicklungsbedingungen und Lebenswelten gestern–heute–morgen

7. November 2023 | Theater Winterthur und online | ksw.ch/spz-symposium

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 10. Oktober 2023

Versand 24. Oktober 2023

Termine ohne Gewähr.