

Neue Selbsthilfegruppen in Winterthur

CareLeaver, ehemalige Heim- und Pflegekinder

Ehemalige Heim- und Pflegekinder sind schon in jungen Jahren mit Herausforderungen konfrontiert, die Gleichaltrige noch nicht kennen. Sie haben oft weniger oder keine familiäre Unterstützung und sind mehrheitlich auf sich gestellt.

In der Gruppe möchten sich junge Menschen austauschen, die das Erlebte und sich selber besser verstehen wollen. Und vielleicht auch wieder den Mut finden möchten, Träume zu verwirklichen, die vielleicht vergraben sind.

- Hast du manchmal auch das Gefühl, durch die pädagogische Erziehung im Heim nicht optimal auf das Leben vorbereitet worden zu sein?
- Verlieft dein Lebenslauf nicht ganz so gradlinig?
- Kennst du das Gefühl nicht zu wissen, wo du dazugehörst, wo du herkommst?
- Denkst du manchmal, du seist ein offenes Buch und alle wissen Bescheid über dich?
- Bist du allgemein überangepasst oder das Gegenteil: ein Rebell geblieben und somit ständig in Konflikte involviert?

Melde dich, wenn dich ein Austausch interessiert. Du bist herzlich willkommen.

Burnout – Gruppe für Angehörige

Ein Burnout verunsichert nicht nur die Betroffenen selber, sondern auch ihr Umfeld. In Winterthur wird eine neue Selbsthilfegruppe aufgebaut für Partnerinnen und Partner von Burnout-Betroffenen.

In der Gruppe soll es möglich sein, offen über Ängste und Sorgen in Bezug auf die Burnout-Erkrankung des Partners oder der Partnerin zu sprechen, über Existenzängste, die Auswirkungen auf die Beziehung, Unterstützungsmöglichkeiten und insbesondere auch darüber, wie man es als Angehörige(r) schafft, selber gesund zu bleiben.

Neue Gruppen werden bei den ersten Treffen von einer Mitarbeiterin des SelbsthilfeZentrums begleitet. Zeitpunkt und Häufigkeit richten sich nach den Bedürfnissen der Interessierten.

Weitere Gruppen im Aufbau

Adoption (erwachsene Adoptierte)
Adoptiveltern erwachsener Kinder
Alleinerziehende (Mütter und Väter)
Arbeitslose junge Menschen
Aspergersyndrom/Autismus (Betroffene)
Binge Eating (Betroffene)
Burnout (Betroffene)
Burnout (Angehörige)
CareLeaver, ehemalige Heim- und Pflegekinder
Cushing-Syndrom (Betroffene)
Cyberkriminalität und Romance Scam (Betroffene)
Depression (Betroffene)

Depression (Angehörige)
Essstörungen (Betroffene)
Frauen in Männerberufen
Frauengesprächsgruppe
Gebärmuttersenkung (Betroffene)
Häusliche Gewalt (betroffene Frauen)
Inkontinenz (Betroffene)
Selektiver Mutismus und extreme Schüchternheit (Eltern von betroffenen Kindern)
Traumafolgestörungen (Betroffene)
Trennung/Scheidung
Zwangsstörungen (Betroffene)

Kontakt und zusätzliche Informationen zu diesen und rund 100 weiteren bestehenden Gruppen: [SelbsthilfeZentrum Region Winterthur, 052 213 80 60, info@selbsthilfe-winterthur.ch, www.selbsthilfe-winterthur.ch](mailto:info@selbsthilfe-winterthur.ch)