



**SELBSTHILFE** WINTERTHUR  
SCHAFFHAUSEN

---

## *Selbsthilfegruppe für Eltern*

# ***Bipolare Erkrankung***

Wenn Menschen, die einem nahe stehen, an einer bipolaren Erkrankung leiden, stellt das besondere Ansprüche an das gemeinsame Leben.

Bei der Bewältigung unserer Probleme sind wir oft alleine. Viele Fragen bleiben eine Herausforderung:

- Wie stehe ich meinem Kind in einer schweren depressiven Phase bei?
- Wie bereiten wir uns vor, wenn eine manische Phase sich ankündigt?
- Wie kann das Zusammenleben funktionieren?
- Was ist hilfreich und wer kann weiterhelfen?
- Wie schaue ich gut zu mir selber?

Du bist herzlich willkommen.

**Die Gruppe trifft sich monatlich am Mittwochabend von 18:00-19.30 im Selbsthilfezentrum.**

Anmeldung und weitere Informationen:

---

**Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen**

Telefon 052 213 80 60 | [www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch](http://www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch)