



## AMBULANTE PSYCHIATRISCHE PFLEGE

SELBSTBESTIMMT LEBEN DANK  
AMBULANTER PSYCHIATRIEPFLEGE

## Ambulante psychiatrische Pflege

Psychisch krank sein bedeutet heute leider immer noch, auch mit gewissen Vorurteilen der Gesellschaft zu kämpfen. Sie fühlen sich oftmals alleine, hilflos und im Stich gelassen? Unsere Aufgabe ist es, Sie und Ihre Angehörigen nach dem Prinzip «Hilfe zur Selbsthilfe» in Ihren individuellen Zielen zu unterstützen. Falls nötig unterstützen wir Betroffene auch gerne bei der Organisation eines stationären Aufenthaltes.

*«Sie sind nicht allein. Psychische Erkrankungen sind real und Heilung ist möglich.»*

## Akute Krisen / psychiatrische Notfälle

Wir begleiten Sie in akuten psychiatrischen Krisen und übernehmen Koordination und Organisationsaufgaben mit Ärzten, Kliniken und anderen Dienstleistern.

## Umgang mit psychischen Erkrankungen / Angehörigenarbeit

Wir unterstützen Sie dabei, einen konstruktiven Umgang mit Ihrer Erkrankung zu erlernen und trainieren. Dazu gehören das Erlernen von individuellen Bewältigungsstrategien, das Durchführen von Expositionstrainings und den Aufbau einer sinnvollen Tagesstruktur.

## Angehörigenarbeit

Eine psychische Erkrankung ist oftmals auch für Angehörigen eine schwere Belastung. Gefühle wie Machtlosigkeit, Hilflosigkeit und Überforderung sind häufig ein Thema. Wir unterstützen Angehörige von Betroffenen, bieten Gespräche und Entlastung an.

## Nachbehandlung

Sie fühlen sich nach Ihrem Klinikaufenthalt unsicher und ängstlich? Sie sind wieder auf sich alleine gestellt und der schützende Rahmen der Klinik fehlt. Eine gute Nachbehandlung und regelmässige Gespräche bieten Ihnen Sicherheit und Wohlbefinden. Dabei ist es uns sehr wichtig, auf Ihr Autonomiebedürfnis einzugehen.

## Akute psychiatrische Notfälle

- Dargebotene Hand 143
- Notrufzentrale 144
- Beratung und Hilfe für Kinder und Jugendliche 147





## Kontakt

Spitex Glattal  
Bahnhofstrasse 62a  
8305 Dietlikon  
T 044 835 12 12  
[info@spitexglattal.ch](mailto:info@spitexglattal.ch)

