



Hast du Fragen oder  
möchtest einen Termin  
vereinbaren? Wir  
freuen uns auf deine  
Kontaktaufnahme.  
Du erreichst uns  
telefonisch, per Mail,  
WhatsApp oder über  
unsere Homepage.



**Mail:** [kontakt@weho-psi.ch](mailto:kontakt@weho-psi.ch)

**Tel:** +41 (0) 44 730 20 00

**WhatsApp:** +41 (076) 594 70 56

**[www.weho-psi.ch](http://www.weho-psi.ch)**



weho Psychiatriespitex

5780

anders, frohsinnig  
solidarisch, alternativ,  
unkonventionell, formlos

# HEY DU!

Wir wissen, dass das Leben manchmal ganz unerwartet kompliziert werden kann.

Mit unserer Erfahrung möchten wir dich unterstützen.

Ruf uns gerne an **+41 (0) 44 730 20 00**  
oder schreibe uns ein Mail an:  
**[kontakt@weho-psychiatriespitex.ch](mailto:kontakt@weho-psychiatriespitex.ch)**

Besuche gerne unsere Website:  
**[www.weho-psychiatriespitex.ch](http://www.weho-psychiatriespitex.ch)**

Unsere Leistungen werden über die Krankenkassen finanziert.

unkonventionell

## Wir bieten dir

- Tipps und Tricks, um dein Verhalten bei schwierigen Themen zu verbessern
- Hilfe dabei, auf den eigenen Beinen stehen zu lernen
- Eine Person, mit der du über alles reden kannst (und es bleibt vertraulich)
- Eine neutrale und wertfreie Grundhaltung (wir machen keinen Unterschied zwischen Geschlecht, ethnischer Herkunft, Hautfarbe oder Sexualität)
- Unterstützung beim Entwickeln von Strategien, um die Angst vor der Schule wieder in den Griff zu bekommen
- Tipps, um mit unangenehmen Gefühlen besser umgehen zu können
- Techniken zur Stressbewältigung und Verbesserung der Kommunikation in schwierigen Situationen wie z. B. Familie, Schule, Freundeskreis und Co.

## & schlagen Brücken zwischen

solidarisch

- Überforderten und in Not geratenen Eltern und Kindern
- Fachärzten\*innen, Psychotherapeut\*innen
- Schulen und ihren Schülern bei schwierigen Themen
- Religiösen und kulturellen Gemeinschaften bei Kontroversen
- Anderen Unterstützungsnetzwerken, die weitere professionelle Helfende in deren Betreuungen suchen.

Postkarte hier abtrennen

0815



Schreib uns: [kontakt@weho-psychiatriespitex.ch](mailto:kontakt@weho-psychiatriespitex.ch)  
Ruf an: +41 (0) 44 730 20 00  
WhatsApp: +41 (076) 594 70 56

