

SELBSTHILFEGRUPPEN FÜR ANGEHÖRIGE UND VERTRAUTE VON MENSCHEN MIT PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN					
Organisation	Thema	Ort	Termine	Anmeldung	Link zum Flyer
VASK Aargau	Als Kind bin ich mit einem psychisch belasteten Elternteil aufgewachsen	Wohlen AG	Aktuelle Daten www.vaskaargau.ch	Marie-Therese Keller info@vaskaargau.ch Tel. 056 222 50 15 www.vaskaargau.ch	2024Flyer1.pdf (vaskaargau.ch)
VASK Aargau	Geleitete Angehörigen Gruppentreffen	Windisch AG	Mittwoch, 19.00 - 21.00 Uhr	Marie-Therese Keller info@vaskaargau.ch Tel 056 222 50 15 www.vaskaargau.ch	2024Flyer.pdf (vaskaargau.ch)
VASK Aargau	Geleitete Angehörigen Gruppentreffen	Wohlen AG	Mittwoch, 19.00 - 21.00 Uhr	Marie-Therese Keller info@vaskaargau.ch Tel. 056 222 50 15 www.vaskaargau.ch	2024Flyer.pdf (vaskaargau.ch)
VASK Bern	Elterngruppe	Bern	Montag, 19.00 - 21.00 Uhr	Lisa Bachofen lisa.bachofen@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/VASK-Elterngruppen_Bern2024.pdf
VASK Bern	Zoom Eltern Gruppe	Zoom	Montag, 19.00 - 21.00 Uhr	Lisa Bachofen lisa.bachofen@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/VASK-Elterngruppen_Bern2024.pdf
VASK Bern	Eltern Gruppe 1 + 2	Bern	Mittwoch, 19.00 - 21.00 Uhr	Lisa Bachofen lisa.bachofen@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/VASK-Elterngruppen_Bern2024.pdf
VASK Bern	Eltern Gruppe Emmental	Signau	Mittwoch, 19.15 - 21.15 Uhr	Lisa Bachofen lisa.bachofen@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/Emmental_2024.pdf
VASK Bern	Eltern Gruppe	Thun	Donnerstag, 19.15 - 21.15 Uhr	Lisa Bachofen lisa.bachofen@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/Eltern_Thun.pdf
VASK Bern	Zoom Eltern Gruppe	Zoom	Donnerstag, 19.00 - 21.00 Uhr	Lisa Bachofen lisa.bachofen@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/Gruppenangebote2024.pdf
VASK Bern	Partner Gruppe	Thun	Dienstag, 19.00 - 21.00 Uhr	Lisa Bachofen sekretariat@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/Partner_Thun_2024.pdf
VASK Bern	Zoom Partner Gruppe	Zoom	Dienstag, 19.30 - 21.00 Uhr	Lisa Bachofen sekretariat@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/Gruppenangebote2024.pdf

SELBSTHILFEGRUPPEN FÜR ANGEHÖRIGE UND VERTRAUTE VON MENSCHEN MIT PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN					
Organisation	Thema	Ort	Termine	Anmeldung	Link zum Flyer
VASK Bern	Partner Gruppe	Bern	Donnerstag, 19.30 - 21.15 Uhr	Lisa Bachofen lisa.bachofen@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/Partner_Bern_2024.pdf
VASK Bern	Geschwister Gruppe	Zoom	Montag, 19.00 - 21.00 Uhr	Lisa Bachofen sekretariat@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/Gruppenangebote2024.pdf
VASK Bern	Geschwister Gruppe	Bern	Mittwoch, 19.00 - 21.00 Uhr	Lisa Bachofen sekretariat@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/Geschwister_Bern_2024.pdf
VASK Bern	Young Carers Gruppe (15 - 28 Jahre) inaktiv	Bern	Montag, 19.00 - 21.00 Uhr	Lisa Bachofen sekretariat@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	Flyer folgt
VASK Bern	Young Carers Gruppe (15 - 28 Jahre)	Zoom	Dienstag, 19.00 - 21.00 Uhr	Lisa Bachofen sekretariat@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	Flyer folgt
VASK Bern	Erwachsene Kinder mit krankem Elternteil	Zoom	Donnerstag, 19.00 - 20.20 Uhr	Lisa Bachofen sekretariat@vaskbern.ch Tel. 031 333 00 60 www.vaskbern.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/Gruppenangebote2024.pdf
VASK Bern	Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen	Interlaken	Donnerstag, 19.30 - 21.30 Uhr	Café Lichtblick arnold.ruef@spitalfmi.ch	https://www.vaskbern.ch/media/archive1/vaskbern/selbsthilfe/SelbstfuersorgeAngehoerige.2024.pdf
VASK Graubünden	Gesprächsrunde auch mit aktuellen Themen wird jeweils auf der Website publiziert	Chur	3. Donnerstag im Monat 19-21 Uhr	VASK Graubünden vask.graubuenden@bluemail.ch Tel. 081 353 71 01	www.vaskgr.ch
VASK Graubünden	Gesprächsrunde im Engadin wird auf der Website publiziert	Lavin	kein festes Datum	VASK Graubünden vask.graubuenden@bluemail.ch Tel. 081 353 71 01	www.vaskgr.ch
VASK Graubünden	Treffpunkt für Menschen mit psychischer Erkrankung, Genesene, deren Angehörige, Freunde und Interessierte.	Chur	Dienstag: 11Uhr- 16 Uhr mit Mittagessen	VASK Graubünden vask.graubuenden@bluemail.ch Tel. 081 353 71 01	https://www.vaskgr.ch/de/Treffpunkt-Atelier
VASK Graubünden	Treffpunkt für Menschen mit psychischer Erkrankung, Genesene, deren Angehörige, Freunde und Interessierte.	Chur	Donnerstag: 14 Uhr - 17 Uhr	VASK Graubünden vask.graubuenden@bluemail.ch Tel. 081 353 71 01	https://www.vaskgr.ch/de/Treffpunkt-Atelier
VASK Graubünden	Treffpunkt für Menschen mit psychischer Erkrankung, Genesene, deren Angehörige, Freunde und Interessierte.	Chur	Freitag: 15 Uhr - 21 Uhr mit Nachtessen	VASK Graubünden vask.graubuenden@bluemail.ch Tel. 081 353 71 01	https://www.vaskgr.ch/de/Treffpunkt-Atelier

SELBSTHILFEGRUPPEN FÜR ANGEHÖRIGE UND VERTRAUTE VON MENSCHEN MIT PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN					
Organisation	Thema	Ort	Termine	Anmeldung	Link zum Flyer
VASK Graubünden	Treffpunkt für Menschen mit psychischer Erkrankung, Genesene, deren Angehörige, Freunde und Interessierte	Chur	jeden 3. Sonntag Brunch 10.30 - 14 Uhr	VASK Graubünden vask.graubuenden@bluemail.ch Tel. 081 353 71 01	https://www.vaskgr.ch/de/Treffpunkt-Atelier
VASK Graubünden	Trialog: Im Trialog tauschen sich Betroffene, Angehörige und Fachpersonen aus	Chur	jeden 2. Monat, Mittwochs: 18.30 Uhr	Tel. 077 448 16 43	https://www.vaskgr.ch/de/Triialog
VASK Ostschweiz	Selbsthilfegruppen für Angehörige	Frauenfeld		Selbsthilfe Thurgau Tel. 071 620 10 00 selbsthilfe@fzsg.ch	
VASK Ostschweiz	Selbsthilfegruppen für Angehörige	St. Gallen		Selbsthilfe St. Gallen/Appenzell Tel. 071 222 22 63 selbsthilfe@fzsg.ch	
VASK Ostschweiz	Stammtisch Wattwil	Wattwil		VASK Ostschweiz Tel. 071 866 12 12 praesidium@vaskostschweiz.ch	
VASK Schaffhausen	Monatliche Treffen	Schaffhausen	jeden letzten Samstag im Monat ab 16.00 Uhr	VASK Schaffhausen Barbara Livers 052 625 55 80 oder 077 428 51 15	Veranstaltungen - VASK Schaffhausen
VASK Zürich	Für erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern	Zürich	jeden letzten Donnerstag im Monat, 19.00 - 21.00 Uhr	VASK Zürich treffpunkt@vaskzuerich.ch Tel. 044 240 3876	https://www.vaskzuerich.ch/de/Angebote-der-VASK/Treffpunkte
VASK Zürich	Offene Beratungs Treffpunkte	Zürich	jeden letzten Dienstag im Monat, 19.00 - 21.00 Uhr	VASK Zürich treffpunkt@vaskzuerich.ch Tel. 044 240 3876	FLVO_Beratungs-Treffpunkte2024_alle(ohneQRCode).pdf (vaskzuerich.ch)
VASK Zürich	Selbsthilfe Treffpunkt	Winterthur	jeden letzten Montag im Monat, 19.00 - 21.00 Uhr	VASK Zürich treffpunkt@vaskzuerich.ch Tel. 044 240 3876	FLVO_WinterthurAS_2024.pdf (vaskzuerich.ch)
VASK Zürich	Offene Beratungs Treffpunkte	Winterthur	jeden letzten Montag im Monat, 19.00 - 21.00 Uhr	VASK Zürich treffpunkt@vaskzuerich.ch Tel. 044 240 3876	FLVO_Beratungs-Treffpunkte2024_alle(ohneQRCode).pdf (vaskzuerich.ch)