

## Wissenswertes und Aktuelles

Auf unserer Website finden Sie Wissensartikel und hilfreiche Informationen. Unsere Unterstützungsangebote für Angehörige und Vertraute werden laufend erweitert und auf der Website ergänzt. Schauen Sie regelmässig vorbei und tragen auch Sie dazu bei, dass die psychiatrische und sozialpsychiatrische Versorgung in der Schweiz wirksamer, nachhaltiger und menschlicher wird.



**Maria Senatore-Thomet,**  
angehörige Tochter  
«Selbstbestimmung fängt mit einer Entscheidung an»

## Möchten auch Sie Teil der Angehörigenbewegung werden?

Es gibt vielerlei Möglichkeiten, Teil von Stand by You Schweiz zu werden. Kleine wie grosse – alles stärkt unsere Anliegen und Themen. Wir freuen uns auf Sie: [stand-by-you.ch/mitmachen](https://stand-by-you.ch/mitmachen)

**Sie haben die Kraft, einen Unterschied zu machen – für sich selbst und für Ihre Liebsten.**



**Josy Battaglia,**  
Vertrauter und Freund  
«Ich wünsche mir eine Gesellschaft mit einer inklusiven Perspektive»

**STAND  
BY  
YOU**

Schweiz

Angehörige und Vertraute  
von Menschen mit psychischen  
Erkrankungen

## Wenn der Sturm tobt – sind Sie nicht allein

Angehörige und Vertraute von Menschen mit psychischen Erkrankungen durchleben Momente grösster Belastung. Wir geben ihnen Orientierung – ob bei täglichen Herausforderungen oder in Situationen der Hoffnungslosigkeit.



**Laura Regli,**  
angehörige Mutter  
«Ich möchte meinen Sohn auf seinem Weg begleiten – wie auch immer dieser aussieht»



Entdecken Sie  
unsere aktuellsten  
Wissensbeiträge

**Stand by You Schweiz**  
Langstrasse 149, 8004 Zürich  
T +41 44 240 12 00  
info@standbyyou.ch  
stand-by-you.ch

Holen Sie sich Unterstützung.



Helpline:  
**0800 840 400**

## Wir wollen bewegen

Unsere Bewegung bietet Unterstützung und Information, um sicherzustellen, dass in Krisen niemand alleingelassen wird. Wir verstehen die Herausforderungen, die Sie durchleben, und setzen uns dafür ein, dass Sie die Hilfe erhalten, die Sie und Ihre Liebsten benötigen.

- **Wir unterstützen**
- **Wir vernetzen**
- **Wir machen Angehörige spür- und hörbar**
- **Wir fördern Solidarität unter Angehörigen**
- **Wir stärken Angehörige und Vertrauenspersonen**



**Margrith Janggen,**  
angehörige Ehefrau  
«Wut und Ohnmacht  
in Kraft umwandeln»

## Hier finden Sie Unterstützung

Haben Sie Fragen? Brauchen Sie Unterstützung oder einfach einen Menschen, der Ihnen zuhört? Unser Angebot ist kostenlos und anonym. Wir sind Angehörige oder Vertraute von Menschen mit psychischen Erkrankungen, haben persönliche Erfahrungen und sind ausgebildet in der Telefonbegleitung.

Wir haben Zeit und freuen uns auf Sie!

**Unsere Helpline: 0800 840 400**



**Bruno Facci,**  
angehöriger Bruder  
«Es braucht mehr  
Empathie – weniger  
Pharmakotherapie»

## Angehörigengeschichten

Sie sind nicht allein. Mutige Angehörige teilen ihre berührenden Geschichten auf unserer Website. Lesen Sie, wie sie Herausforderungen meistern und wo sie Trost finden.



**Katharina Lehmann,**  
angehörige Tochter  
«Betroffen und  
angehörig zugleich»



**Alexandra Mycka,**  
angehörige Partnerin  
«Liebe zu einem  
Mann mit Psychosen»



**Christian Pfister,**  
angehöriger Vater  
«Ja, ich geb's zu, wir  
wollen mit Stand by You  
Schweiz die Welt  
verändern»



Lesen Sie unser Manifest  
für eine wirksamere und  
menschlichere Psychiatrie



Weitere Informationen und  
Angebote – auch im Sinne  
der Hilfe zur Selbsthilfe –  
finden Sie hier



Hier geht's zu den Geschichten