

Angehörigentreffen 2026

Austausch und professionelle Unterstützung für Angehörige
von Menschen mit einer psychischen Erkrankung

Angehörige fragen sich oft:

Wie kann ich helfen?
Wie geht es jetzt weiter?
Was sage ich den Kindern?

Wir hören zu und beraten Sie gerne.

Beratungstelefon:
031 720 83 70

PZM Psychiatriezentrum Münsingen AG
Hunzigenallee 1, 3110 Münsingen
T 031 720 81 11

Beratungszeiten:
MO bis DO: 10.00 – 12.00 Uhr
DI zusätzlich: 14.00 – 16.00 Uhr

pzmag.ch

Kostenlose Hilfe für Angehörige

Eine Ihnen nahestehende Person ist psychisch erkrankt. Nicht nur bei den Patient:innen, sondern auch bei Ihnen tauchen in dieser Situation viele Fragen auf:
«Wie geht es weiter? Darf ich nein sagen, wenn es mir zu viel wird?»

Mit den Angehörigentreffen möchten wir Ihnen die Möglichkeit bieten, Fragen zu stellen und die eigenen Erfahrungen, Gefühle und Wünsche zu teilen. Die Teilnahme ist **kostenlos**.

Der Austausch findet ausschliesslich unter Angehörigen statt. Die Patient:innen nehmen nicht an den Gesprächen teil.

Engeladen sind Eltern, Grosseltern, Partner:innen, Geschwister, erwachsene Kinder sowie weitere wichtige Bezugs-personen im Freundeskreis.

Auch Angehörige von Patient:innen, die nicht im PZM behandelt werden, sind herzlich willkommen.

Bitte melden Sie sich via Anmelde-talon oder via Anmeldeformular über die Website an. Gerne können Sie sich auch telefonisch unter Tel. 031 720 83 70 oder per Mail an angehoerige@pzmag.ch anmelden. Wir freuen uns auf Sie!

Bitte vergessen Sie nicht, sich im Verhinderungsfall 24 Stunden vorher telefonisch abzumelden.



pzmag.ch/angehoerige



Bitte
frankieren

Anmeldetalon

Bitte melden Sie sich bis spätestens zwei Tage vor dem Treffen mit dieser Anmeldekarte an.

Ich melde mich für folgende Treffen an:

Angehörigentreffen Sucht:

- ☐ **Frühling:** 22. April, 06. Mai, 20. Mai
☐ **Sommer:** 12. August, 26. August, 09. September
☐ **Herbst:** 21. Oktober, 04. November, 18. November

Angehörigentreffen Psychose:

- ☐ **Frühling:** 25. Februar, 11. März, 25. März, 08. April, 15. April, 29. April
☐ **Herbst:** 26. August, 09. September, 23. September, 30. September, 14. Oktober, 28. Oktober

Angehörigentreffen Depression und Angst:

- ☐ **Frühling:** 04. März, 18. März, 01. April, 22. April, 06. Mai, 13. Mai
☐ **Herbst:** 02. September, 16. September, 07. Oktober, 21. Oktober, 04. November, 11. November

Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ/Ort:

Telefon:

**PZM Psychiatriezentrum
Münsingen AG**
Beratungsstelle
Frau Manuela Weber
Hunzigenallee 1
3110 Münsingen

Sucht

Wir informieren Sie, welche Umstände eine Suchtentwicklung begünstigen können und stützen Sie als Angehörige insbesondere beim Thema Umgang mit einem Rückfall. Zentral ist auch das Thema Abgrenzung, damit Sie Ihre eigene

Gesundheit und Ihre grundlegenden Bedürfnisse nicht vernachlässigen. Weitere wichtige Themen sind der Umgang mit Schuld- und Schamgefühlen sowie das Annehmen von professioneller Unterstützung.

Ihre Ansprechpersonen

Karin Siegenthaler
Sozialarbeiterin FH + Beratungsstelle für Angehörige
Telefon 031 720 82 68

Axel Meyer
Dipl. Pflegefachmann

Termine 2026: Mittwoch,

Frühling: 22. April
06. Mai
20. Mai

Sommer: 12. August
26. August
09. September

Herbst: 21. Oktober
04. November
18. November

Zeit: 18.30 – 21 Uhr
Ort: PZM AG
Haus 22, 4. OG, Rittersaal

Bitte melden Sie sich für die Treffen an. Es wäre schön, wenn Sie sich Zeit für alle drei Abende nehmen, da die Abende aufeinander aufbauen.

Psychose

Als Angehörige erfahren Sie, welche Umstände eine Psychose auslösen können und wie wir im PZM diese Krankheit behandeln. Wir geben Ihnen Tipps, wie Sie mit

den Betroffenen kommunizieren und sich besser abgrenzen können. Weitere wichtige Themen sind der Umgang mit Schuldgefühlen und das Annehmen von Hilfe.

Ihre Ansprechpersonen

Danielle Herzog
Psychologin + Beratungsstelle für Angehörige
Telefon 031 720 81 52

Barbara Mösching-Bigler
Dipl. Pflegefachfrau

Silvia Antonipillai-Küffer
Dipl. Pflegefachfrau HF, DN II

Termine 2026: Mittwoch,

Frühling: 25. Februar
11. März
25. März
08. April
15. April
29. April

Herbst: 26. August
09. September
23. September
30. September
14. Oktober
28. Oktober

Zeit: 18.30 – 20.30 Uhr
Ort: PZM AG
Haus 3, 1.OG, Raum 123

Bitte melden Sie sich für die Treffen an. Es wäre schön, wenn Sie sich Zeit für alle sechs Abende nehmen, da die Abende aufeinander aufbauen.

Depression und Angst

Wir informieren Sie über die verschiedenen Krankheitsbilder von Depression und Angst. Sie erfahren, welche Faktoren eine Erkrankung auslösen können und wie wir diese am PZM behandeln. Darüber hinaus geben wir Ihnen Tipps, wie Sie

mit den Betroffenen kommunizieren und sich besser abgrenzen können. Weitere wichtige Themen sind der Umgang mit Schuldgefühlen, das Annehmen von Hilfe und die Selbstfürsorge.

Ihre Ansprechpersonen

Manuela Weber
Sozialarbeiterin + Beratungsstelle für Angehörige
Telefon 031 720 82 62

Franziska Bigler
Dipl. Pflegefachfrau, DN II

Melanie Müller
Dipl. Pflegefachfrau HF

Termine 2026: Mittwoch,

Frühling: 04. März
18. März
01. April
22. April
06. Mai
13. Mai

Herbst: 02. September
16. September
07. Oktober
21. Oktober
04. November
11. November

Zeit: 18.30 – 20.30 Uhr
Ort: PZM AG
Haus 3, 1.OG, Raum 123

Bitte melden Sie sich für die Treffen an. Es wäre schön, wenn Sie sich Zeit für alle sechs Abende nehmen, da die Abende aufeinander aufbauen.

