



SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAIUTOSVIZZERA



WAS IST EINE SELBSTHILFEGRUPPE?

QU'EST-CE QU'UN GROUPE D'ENTRAIDE AUTOGÉRÉ?

CHE COS'È UN GRUPPO DI AUTO-AIUTO?

¿QUÉ ES UN GRUPO DE AUTOAYUDA?

O QUE É UM GRUPO DE AUTOAJUDA?

WHAT IS A SUPPORT GROUP?

KENDI KENDINE YETME VEYA KENDI

KENDINE YARDIM NE DEMEKTIR?

ŠTO JE GRUPA ZA SAMOPOMOĆ?

ÇKA ÈSHTË NJË GRUP VETË-NDIHMËS?

Что такое группа взаимопомощи?

Шта је група за помоћ самима себи?

சுய ஊதுவீக்குழு ஏற்றுர்லு ஏண்ணு?

ក្រុមជំនួយអ្នកខ្លួនឯង?

กลุ่มช่วยเหลือตนเองคืออะไร

DEUTSCH

WAS IST EINE SELBSTHILFE-GRUPPE?

In einer Selbsthilfegruppe treffen sich Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden, um miteinander zu reden und sich gegenseitig zu unterstützen. Es gibt zahlreiche verschiedene Gruppen für Betroffene, Eltern und Angehörige zu Themen wie Depression, Alkohol, körperliche Krankheiten, Scheidung und viele mehr.

Rufen Sie uns an! Ihre Anfrage wird vertraulich behandelt.

FRANÇAIS

QU'EST-CE QU'UN GROUPE D'ENTRAIDE AUTOGÉRÉ?

Un groupe d'entraide réunit des personnes concernées par une situation similaire, sur une base volontaire qui souhaitent échanger et s'entraider. Il existe un nombre varié de groupes s'adressant à des personnes concernées et des proches, qui traite de thèmes tels que la dépression, les addictions, la maladie physique, le divorce et beaucoup d'autres.

Contactez-nous, votre demande sera traitée de manière strictement confidentielle.

ITALIANO

CHE COS'È UN GRUPPO DI AUTO-AIUTO?

Un gruppo di auto-aiuto riunisce persone accomunate da una situazione simile che desiderano condividere esperienze e aiutarsi reciprocamente. Esiste una grande varietà di gruppi che si indirizzano sia alle persone toccate direttamente sia ai loro familiari e che trattano temi come la depressione, le dipendenze, la malattia psichica, il divorzio e molti altri.

Contattateci; le vostre domande saranno trattate in maniera strettamente confidenziale.

ENGLISH

WHAT IS A SUPPORT GROUP?

A support group is where people who are in a similar situation meet up together to talk to and help each other. There are many different groups for affected people, parents and relatives on topics such as depression, alcohol, physical illnesses, divorce, etc.

Give us a call!

Your inquiry will be kept confidential.

ESPAGNOL

¿QUÉ ES UN GRUPO DE AUTOAYUDA?

En un grupo de autoayuda, las personas que se encuentran en una situación similar se reúnen para hablar y ayudarse mutuamente. Existen muchos grupos diferentes para personas afectas, para sus padres o sus parientes, en los que se habla acerca de temas como depresión, alcohol, enfermedades físicas, divorcio etc.

¡Llámenos! Su pregunta será tratada de forma confidencial.

PORTUGUÊS

O QUE É UM GRUPO DE AUTOAJUDA?

Um grupo de autoajuda é um ponto de encontro de pessoas que se encontram numa situação semelhante, a fim de falarem umas com as outras e apoiarem-se mutuamente. Existem vários grupos para pessoas afetadas, pais e familiares, que se focam em temas como: depressão, álcool, doenças físicas, divórcio, etc.

Não hesite em telefonar-nos! O seu pedido de informações será tratado de forma confidencial.

TÜRKÇE

KENDİ KENDİNE YETME VEYA KENDİ KENDİNE YARDIM NE DEMEKTİR?

Kendi kendine yardım grubunda, benzer durumda bulunan insanlar, birlikte konuşmak ve karşılıklı olarak birbirlerine destek olmak için bir araya gelirler. Alkol tüketimi, depresyon, fiziksel hastalıklar, boşanma ve daha birçok konuda, ebeveynler, aile yakınları ve bu sorunları yaşayanlar için, çok sayıda kendi kendine yardım grubu bulunmaktadır.

Bizi arayın! Başvurunuz gizli tutulacaktır.

SHQIP

ÇKA ËSHTË NJË GRUP VETË-NDIHMËS?

Një grup vetë-ndihmës bashkon njerëz që janë në një situatë të ngjashme për të folur dhe ndihmuar njëri-tjetrit. Ka shumë grupe të ndryshme për personat e prekur, për prindërit dhe të afërmit siq është tema e depresionit, alkoholit, sëmundjeve fizike, divorcit, etj.

Na telefononi! Kërkesa juaj do të mbahet konfidenciale (e fshehtë).

ትግርኛ

እንታይ ማለት እዩ
ጉጅለ ሕጅሕጃዊ
ምትሕግጋዝ?

ኡብ ተመሳሳሊ ኩነታት ዘለው ሰባት ኡብዚ ጉጅለ ሕጅሕጃዊ ምትሕግጋዝ ብምምጻእ ብዛዕባ ዘለዎም ጸገማት ነንሕጅሕጃም ይዛራ-ረቡን ይታሓጋገዙን። እዚ መደብዚ ንጸገማት ዘለዎም ወለጅን ቤተሰብን ንኡብነት ኡርክስትታት ከም ሕማም ጸቐጢ፣ ወልፏ መስተ፣ ኣካላዊ ሕማም፣ ፍትሕ ሓዳር ወዘተ ኡብ ዝኣመሰሉ ጉዳያት የተኩር። ንጉዳያት ኡርክስትታ ዝማሳሰሉ ዘተፈላለዩ ጉጅለታት ኣለዉና። ብስልኪ ገርኩም ከትረኽቡና ትኽእሉ። ጉዳይኩም በሚስጢር ይታሓዝ።

СРПСКИ

Шта је група
за помоћ самима
себи?

У групи за помоћ самима себи се састају људи који се налазе у сличним ситуацијама да би причали једни с другима и да би помогли једни другима. Постоје различите групе за погођене, родитеље и ближње и за теме као што су депресија, алкохол, телесне болести, развод итд.

Позовите нас! Ваша питања ће бити поверљиво размотрена.

HRVATSKI

ŠTO JE
GRUPA ZA
SAMOPOMOĆ?

U grupi za samopomoć susreću se ljudi koji se nalaze u sličnoj situaciji radi međusobnog razgovora i uzajamne podrške. Ima puno različitih grupa za pogođene osobe, njihove roditelje i članove obitelji o temama kao što su depresija, alkohol, tjelesne bolesti, rastava itd.

Nazovite nas! Vaš upit tretirat ćemo povjerljivo.

РУССКИЙ

Что такое
группа
взаимопомощи?

В группу взаимопомощи приходят люди, находящиеся в похожих жизненных ситуациях, чтобы поговорить друг с другом и друг другу помочь. Для людей с проблемами, их родных и близких существуют группы по различным темам, как например: депрессия, алкоголь, физические болезни, развод и т.д.

Звоните нам! Наша работа носит конфиденциальный характер.

தமிழ்

சுய ஊதுவீக்குழு ஏற்றுா்லு ஏண்ணு?

ஒருவீதுமுர்னு சூமுநீஜலுயீலு வர்முபுவுருகுன் சுய ஊதுவீக்குழுவர்கு இஜணுந்து குஜதுத்து ஒருவுருக்கு ஒருவுரு ஊதுவீசுய்வுதர்குமு. சூமுபுந்துப்புடுடுவர்குன், பேறுநேர், முற்றுமு ஊறுவீனர்குளுக்கு முறுவுமுத்துமு, முதுபேர்ஜதுக்குஊமுயர்குது, ஊடுலுநேர்ய்குன், வீவர்குருத்து பேர்னுறு புலுதுருப்புடுடுவீடுய்குஜுறு ஆஊபுஜடுயர்குக் கேர்னுடு குழுக்குன் ஆஜமுக்குப்புடுமு. ஏக்குளுடுனு தோர்ஜலுபேசீ முலுமு தோர்டுப்புகேர்ன்ளுவுமு. ஊக்குளுது வீபுருக்குன் இருகுசீயமுர்குப் பேணுப்புடுமு.

ภาษาไทย

กลุ่มช่วยเหลือตนเองคืออะไร

กลุ่มช่วยเหลือตนเองประกอบด้วยบุคคลที่ตกอยู่ในสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน มาพบปะเพื่อพูดคุยกัน และช่วยเหลือสนับสนุนกันและกัน มีกลุ่มต่างๆ จำนวนมาก สำหรับตัวผู้ประสบปัญหาเอง สำหรับบิดามารดา และญาติพี่น้อง ในหัวข้อต่างๆ เช่น โรคซึมเศร้า ปัญหาเรื่องสุรา ความเจ็บป่วยทางร่างกาย การหย่าร้าง ฯลฯ

เช็ทโทรศัพทที่ติดต่อเรา เรื่องที่คุณติดต่อสอบถามมานั้น เราจะเก็บรักษาข้อมูลทั้งหมดเป็นความลับ

Mit freundlicher Unterstützung des Bundesamtes für Gesundheit
Avec l'aimable soutien de l'Office fédéral de la santé publique
Con il prezioso sostegno dell'Ufficio federale della sanità pubblica

Das Selbsthilfezentrum in Ihrer Nähe: www.selbsthilfeschweiz.ch/regionen

Le centre à proximité: www.infoentraidesuisse.ch/regions

Centro Autoaiuto più vicino: www.autoaiutosvizzera.ch/regioni



SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAIUTOSVIZZERA

www.selbsthilfeschweiz.ch / www.infoentraidesuisse.ch / www.autoaiutosvizzera.ch

info@selbsthilfeschweiz.ch / info@infoentraidesuisse.ch

+41 (0)61 333 86 01