



## *Einladung für den 30. Oktober 2024*

zur gemeinschaftlichen Veranstaltung des Zentrums für Externe  
Psychiatrische Dienstleistungen der Clenia Littenheid AG und  
der Selbsthilfe Thurgau

«Hilfe zur Selbsthilfe – ein wichtiger  
Baustein auf dem Genesungsweg»

# Hilfe zur Selbsthilfe – ein wichtiger Baustein auf dem Genesungsweg

Einladung für eine Informationsveranstaltung am 30. Oktober 2024 von 19:00 bis 21:00 Uhr in Frauenfeld

Schicksalsschläge und Erkrankungen können uns selbst, Angehörige oder Freunde aus der Bahn werfen. Dann ist häufig Hilfe auf dem Genesungsweg erforderlich. Dabei können nicht nur die professionellen Helfer unterstützen, auch die gemeinschaftliche Selbsthilfe leistet hier einen wertvollen Beitrag. Denn die Gemeinschaft stärkt und hilft, vom Wissen der Anderen zu lernen.

## **Sie sind herzlich eingeladen**

Zur Woche der Selbsthilfe lädt das Zentrum für Externe Psychiatrische Dienstleistungen der Clenia Littenheid AG zusammen mit der Selbsthilfe Thurgau zu einer Informationsveranstaltung ein. Gemeinsam mit Betroffenen zeigen wir auf, wie auch Sie von der Zusammenarbeit und den vielfältigen Angeboten der Selbsthilfe Thurgau profitieren können.





---

## *Programm*

19:00 Uhr	Begrüssung
19:05 bis 19:15 Uhr	Vorstellung Therapieangebot Clenia
19:15 bis 19:25 Uhr	Vorstellung gemeinschaftliche Selbsthilfe
19:30 bis 20:05 Uhr	«Speed-Info»-Rundgang zu den Infoständen der Selbsthilfe
20:10 bis 20:15 Uhr	Abschluss
ab 20:15 Uhr	Austausch und Apéro

---

### **Veranstalter**

Gemeinschaftliche Veranstaltung des Zentrums für Externe Psychiatrische Dienstleistungen der Clenia Littenheid AG und der Selbsthilfe Thurgau

### **Anmeldung**

bis zum 25. Oktober 2024  
bei der Selbsthilfe Thurgau  
Telefon: 071 620 10 00  
E-Mail: [info@selbsthilfe-tg.ch](mailto:info@selbsthilfe-tg.ch)

### **Durchführungsort**

Zentrum für Externe Psychiatrische Dienstleistungen der Clenia Littenheid AG,  
Laubgasse 31, 8500 Frauenfeld  
Anfahrtsplan siehe Rückseite

Die Teilnahme ist kostenlos.



## Anreise

Unser Standort in Frauenfeld ist vom Bahnhof in knapp 5 Gehminuten oder mit dem Stadtbus Linie 3 (bis Haltestelle Laubgasse) zu erreichen. Es stehen auch Parkplätze zur Verfügung.



## Clenia Littenheid AG

Psychiatriezentrum Frauenfeld  
Laubgasse 31  
CH-8500 Frauenfeld  
Telefon +41 71 929 67 67  
info.frauenfeld@clenia.ch  
www.clenia-frauenfeld.ch

THE SWISS  
LEADING   
HOSPITALS  
Best in class.



## Clenia-Institutionen

Privatklinik Littenheid | Privatklinik Schöllli | Bergheim | Psychiatriezentrum Frauenfeld | Psychiatriezentrum Sirnach | Psychiatriezentrum Wetzikon | Gruppenpraxen Dietikon, Frauenfeld, Männedorf, Muri, St. Gallen, Uster, Winterthur und Zürich-Oerlikon | Ambulatorium für Kinder und Jugendliche Winterthur | ZKJF Zentren für Kind Jugend und Familie Amriswil, Frauenfeld und Kreuzlingen | ZADZ Zentrum für Angst- und Depressionsbehandlung Zürich