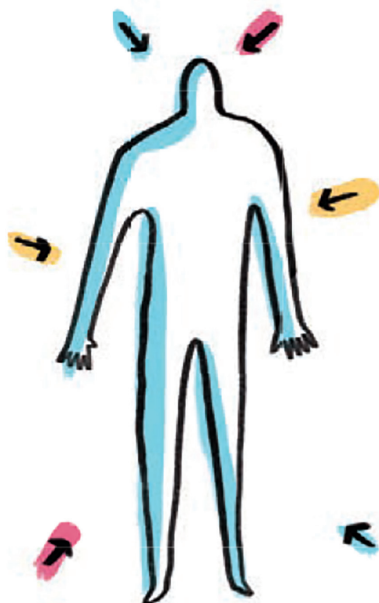


Was hält Angehörige gesund? Ein Erfahrungsaustausch.

Donnerstag, 19. November 2026 19–20.30 Uhr, mesa, UPK Basel

Eintritt frei



Angehörige von psychisch erkrankten Menschen erleben in ihrer unterstützenden Rolle viele Belastungen. Gleichzeitig entwickeln sie wertvolle Strategien, um mit diesen umzugehen und dennoch auf sich selbst zu achten.

Der 13. Anlass der Koordinationsgruppe für Angehörige widmet sich dem Erfahrungsaustausch zu diesen Herausforderungen und der Frage: Wie können Angehörige gesund bleiben?



Verband der Psychotherapeutinnen
und Psychotherapeuten beider Basel



Verstehen. Vertrauen.

S O N N E N H A L D E

UPK Universitäre
Psychiatrische Kliniken
Basel

Gesund bleiben trotz Sorgen, Belastungen und schwierigen Gefühlen kann eine grosse Herausforderung sein. Dieser Anlass liefert keine «Patent-Rezepte», sondern die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch.

Verschiedene Perspektiven und Erfahrungen rund um das Thema «Gesund bleiben als Angehörige» bilden den Einstieg in die Veranstaltung. Anschliessend stehen moderierte Gesprächsrunden zu unterschiedlichen Fragestellungen im Mittelpunkt. Dabei teilen Angehörige ihre persönlichen Erfahrungen, bewährten Strategien und hilfreichen Ansätze im Umgang mit Belastungen und moderieren die Gesprächstische selbst.

Beim anschliessenden Apéro besteht die Möglichkeit, die Gespräche in entspannter Atmosphäre weiterzuführen, Erfahrungen auszutauschen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Zeit

Donnerstag, 19. November 2026,
19.00 bis 20.30 Uhr

Ort der Veranstaltung

Ökonomiegebäude, mesa II
Wilhelm Klein-Strasse 27
4056 Basel

Anreise mit ÖV

- › mit dem Bus Nr. 36: Haltestelle «Im Wasenboden» oder «Felix Platter-Spital»
- › mit dem Bus Nr. 50: Haltestelle «Im Wasenboden» oder «Friedrich Miescher-Strasse»
- › mit dem Tram Nr. 3: Haltestelle «Felix Platter-Spital»
- › mit der S-Bahn, grüne Linie: Haltestelle «Basel St. Johann»
- › mit dem Auto: Autobahnausfahrt «Euro Airport»

Nächste Veranstaltung

Donnerstag, 18. März 2027 in
Liestal zum Thema Schizophrenie

Die Veranstaltungen sind kostenlos.



Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Medizinische Dienste

**BASEL
LANDSCHAFT**

VOLKSWIRTSCHAFTS- UND GESUNDHEITSDIREKTION
AMT FÜR GESUNDHEIT