

A close-up photograph of a person's face, focusing on the eye and nose. The person has light skin and dark hair. In the foreground, there are several bright yellow flowers, possibly daisies, which are slightly out of focus, creating a soft, warm atmosphere. The text is overlaid on the left side of the image.

# **Du bist nicht allein**

**Kurs für Kinder und Jugendliche  
mit psychisch belastetem Umfeld**

**Kinder und Jugendliche mit Eltern in einer psychischen Belastungssituation sind in ihrem Alltag gefordert. Das Angebot «Du bist nicht allein» schafft Raum, um sich in einer überschaubaren Gruppe mit der eigenen Lebensgeschichte auseinanderzusetzen. Der Kurs bietet:**

- Kennenlernen Gleichaltriger mit ähnlichen Alltagserfahrungen
- (Wieder-) Entdecken der persönlichen Ressourcen
- Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte
- Erlernen von Schritten für einen leichteren Umgang mit dem Alltag
- Wissensvermittlung zu psychischen Erkrankungen

Der Kurs findet in einer konstanten Kleingruppe statt. Die Methodik wird dem Alter und der Gruppengröße angepasst. Im Vordergrund stehen erlebnisorientierte und persönlichkeitsstärkende Elemente.

**Du  
bist  
nicht  
allein**

## Kursleitung



### **Susanne Vonarburg**

Dipl. Schulische Heilpädagogin, dipl. TZT®-Leiterin,  
Theaterpädagogin MAS

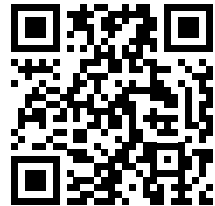
### **Sandra Marisa Tommasini**

Dipl. Schulische Heilpädagogin, dipl. TZT®-Leiterin,  
Sexualpädagogin ISP

<b>Alter</b>	Ab 6 Jahren
<b>Gruppe</b>	Max. 10 Teilnehmer*innen pro Kurs, Einteilung nach Alter oder Geschwister
<b>Ort</b>	Luzern oder Winterthur
<b>Daten</b>	Vier Halbtage à je 2 Stunden
<b>Kosten</b>	CHF 160 pro Kind; Sonderkonditionen bei Finanzierungsschwierigkeiten möglich



Scan mich



Informationen, aktuelle  
Daten und Anmeldung  
unter [haus.konkreet.ch/  
dubistnichtallein](https://haus.konkreet.ch/dubistnichtallein)



**Gefördert durch**



Beisheim Stiftung

**In Kooperation mit**



institut kinderseele schweiz

**Werden auch Sie Teil  
unseres Netzwerks**



**Haus konkret**

**Haus konkret**

Ringstrasse 50

4600 Olten

+ 41 41 320 30 68

team@haus.konkreet.ch

haus.konkreet.ch