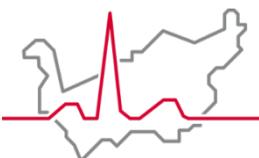


# Kinder- und Jugend- psychiatrie PZO

THERAPIEANGEBOTE ÜBER 1 WOCHE FÜR  
KINDER UND JUGENDLICHE **JULI 2019**



Mobbingprävention 1.7.19 – 5.7.19 (10-14 Jahre)  
Heute hier, morgen dort 8.7.19 – 12.7.19 (7-14 Jahre)  
Mut tut gut 15.7.19 – 19.7.19 (12-17 Jahre)  
Stärkung des Selbstwerts 22.7.19 – 26.7.19 (7-12 Jahre)



Hôpital du Valais  
Spital Wallis

[www.hopitalvs.ch](http://www.hopitalvs.ch) | [www.spitalvs.ch](http://www.spitalvs.ch)

# Mobbingprävention 1. Juli – 5. Juli 2019

(Jugendliche von 10 – 14 Jahren)

Wirst Du von Gleichaltrigen seit längerem geplagt? Fühlst Du dich deswegen alleine? Fürchtest Du Dich vor dem Tag beim Aufstehen? Nimmt die Zeit in der Schule kein Ende für Dich? Fühlst Du Dich hilflos und hast Du das Gefühl, dass Dir niemand helfen kann?

In dieser Woche kannst Du mit anderen Betroffenen darüber sprechen und gemeinsam werden Lösungen erarbeitet, wie Du damit besser umgehen kannst. Neue Menschen kennenzulernen und positive Erfahrungen machen finden hier auch Platz. Du lernst, dass es auch in dieser schwierigen Situation Unterstützung und neue Möglichkeiten gibt.

Leitung: lic.phil. Christoph Brantschen, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP und Tagesklinikteam

# Heute hier, morgen dort... 8. Juli – 12. Juli 2019

(Kinder von 7 – 12 Jahren)

## Ressourcen nutzen und Schwierigkeiten überwinden für Scheidungskinder

Immer mehr Paare entscheiden sich, getrennte Wege zu gehen – bleiben aber natürlich die Eltern ihrer Kinder.

Haben auch Deine Eltern diese Entscheidung getroffen? Was für eine Lösung wurde für das Besuchsrecht gefunden? Wie geht es Dir damit?

In dieser Woche kannst Du Dich mit anderen Kindern und Jugendlichen darüber austauschen, wie sie die Trennung ihrer Eltern erlebt haben, was vielleicht schwierig war, und eventuell positiv. Wir können gemeinsam nach Lösungen suchen, wie man mit schwierigen Situationen besser zurechtkommt und gemeinsam überlegen, welche Schritte den Weg zwischen getrennten Eltern erleichtern könnten.

Im Rahmen dieser Gruppe werden für eine Rückmeldung an die Kindeseltern je nach Bedarf Eltern- und/oder Familiengespräche stattfinden.

Leitung: M.Sc. Johanna Richter, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP und Tagesklinikteam

# Mut tut gut 15. Juli – 19. Juli 2019

(Jugendliche von 12 – 17 Jahren)

## Mut-Trainingswoche: Umgang mit Ängsten

Denkst Du auch manchmal, Du wärest gerne mutiger? Plagen Dich manchmal Zweifel oder ÄNGSTE? Denkst Du Dir manchmal «ich kann das nicht, ...ich habe Angst»?

Möchtest Du lernen, mit den ÄNGSTEN besser umgehen zu können?

Wie kann man «MUTIG sein» lernen?

ÄNGSTE sind hilfreich, uns und unser Leben zu schützen.

Wie funktioniert unser Körper und was bedeutet «Angst haben»?

...und wie kommen wir dazu, MUTIGER zu sein!

Diese Woche kann Dich unterstützen, Dich, Deine Ängste und Deine mutigen Seiten besser kennenzulernen.

Wir denken: Mut tut gut!!!

und wir laden Dich zu einer Entdeckungsreise zu Dir selbst ein!

Leitung: Marion Brettar-Preuss, Stv. Oberärztin und Tagesklinikteam

# Stärkung des Selbstwerts 22. Juli – 26. Juli 2019

(Jugendliche von 7 – 12 Jahren)

Bist Du manchmal unsicher, wie Du anderen gegenüber reagieren oder Dich verhalten sollst? Hast Du hin und wieder Schwierigkeiten gute Freunde zu finden oder Freundschaften aufrecht zu erhalten? Versteht man Dich manchmal falsch oder Du bekommst Schwierigkeiten, obwohl Du es eigentlich gar nicht so meinstest?

Vielleicht wäre unser *Sommertraining sozialer Kompetenzen* etwas für Dich: Es könnte Dich unterstützen, soziale Situationen besser einschätzen zu lernen und andere Kinder oder Jugendliche besser zu verstehen, auf Gleichaltrige besser zugehen zu lernen und zu üben, wie man weniger oft «aneckt» und besser Freunde findet.

Leitung: M.Sc. Rebekka Strub, Assistenzpsychologin und Tagesklinikteam



Ort: Alle Angebote finden im Alten Spital Brig, Tagesklinik Kinder und Jugendliche, 2. Stock, statt.

Zeit: Montag – Freitag, jeweils von 09.00 Uhr – 16.00 Uhr

Kosten: CHF 80.00

Anmeldung: Sekretariat PZO 027 604 36 50, die Leitung des Angebotes wird mit Ihnen Kontakt aufnehmen.

Spital Wallis  
Spitalzentrum Oberwallis SZO  
**Psychiatriezentrums Oberwallis PZO**  
**Altes Spital**  
Spitalstrasse 7  
3900 Brig