

Psychologischer Walk-in im mannebüro züri

Ein **kostenloses** Angebot zur Beantwortung von Fragen rund um die psychische Gesundheit des Mannes. Beratung in **Deutsch** oder **Englisch** möglich.

Mögliche Leitfragen

- Wie geht's mir wirklich? Was ist los mit mir?
- Bin ich «nur» traurig? Warum bin ich so schlapp?
- Warum bin ich eigentlich so genervt?
- Trinke ich noch aus Genuss oder ist es zum Problem geworden?
- Brauche ich Hilfe, wenn ja, welche (Selbsthilfe, Coaching, Therapie)?
- Was ist eine Psychotherapie und was macht man dort?

Zeit: Jeden 2. Montag von 15:00 – 18:00 an folgenden Terminen:

04.03.2024	27.05.2024	19.08.2024
18.03.2024	10.06.2024	02.09.2024
08.04.2024	24.06.2024	16.09.2024
15.04.2024	08.07.2024	30.09.2024
29.04.2024	22.07.2024	
13.05.2024	05.08.2024	

Ort: mannebüro züri, Hohlstrasse 36, 8004 Zürich



Dr. phil. Christian Baumgartner
Psychologe

Haben Sie Fragen, suchen sie eine Therapie oder haben Sie andere Anliegen? Melden sie sich direkt unter maenner@pukzh.ch.

Ein Angebot des **Zentrums für Soziale Psychiatrie** in Zusammenarbeit mit

