

# Selbsthilfecenter

## Stiftung Pro offene Türen der Schweiz

Jupiterstrasse 42  
8032 Zürich  
Beratung/Selbsthilfe: 043 288 88 88  
Sekretariat/Raumreservation: 043 818 52 52  
E-Mail: [selbsthilfe@selbsthilfecenter.ch](mailto:selbsthilfe@selbsthilfecenter.ch)  
Homepage: <http://www.selbsthilfecenter.ch>

Das Selbsthilfecenter ist die Informations- und Beratungsstelle rund ums Thema Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen in der Stadt Zürich und umliegenden Regionen. Bei uns sind über 400 Zürcher Gruppen registriert.

---

## Erreichbarkeit

### Wegbeschreibung

Nähe Klusplatz.

### Öffentlicher Verkehr

Tram Nr. 3 oder 8 bis Haltestelle «Hölderlinstrasse», Eingang Asylstrasse 130

---

## Angebot

### Angebot

Information und Beratung zu den Themen Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen für Direktbetroffene, Angehörig und Fachleute.

Vermittlung von Kontakten zu bestehenden Selbsthilfegruppen.

Starthilfe beim Aufbau von neuen Selbsthilfegruppen.

Beratung bestehender Selbsthilfegruppen.

Weiterbildungsangebote für Selbsthilfegruppenteilnehmende, Selbsthilfeorganisationen und Fachleute.

### Spezialangebote

Vermietung von Räumen an Selbsthilfegruppen, Einzelpersonen und Organisationen für verschiedene Anlässe wie Coachings, Seminare, Retraiten usw.

---

## Organisation

### Qualifikationen Personal

Soziale Arbeit, Erwachsenenbildung, Supervision

### Finanzierung der Organisation

- Gemeinde
- Kanton
- Bund
- Spenden

### Zusätzliche Bemerkung

Trägerschaft des Selbsthilfecenters ist die politisch und konfessionell unabhängige Stiftung Pro offene Türen der Schweiz.

---

## Zielgruppe

Direktbetroffene und Angehörige auf der Suche nach einer Selbsthilfegruppe zu körperlichen und psychischen Krankheiten, Suchtproblemen oder zur Bewältigung von Schicksalsschlägen und kritischen Lebensereignissen.

---