

# Angst- und Panikhilfe Schweiz aphas Selbsthilfeorganisation

c/o Advokatur & Notariat Beat Marfurt  
Muristrasse 69  
3006 Bern  
Hotline: 0848 801 109  
E-Mail: [aphs@aphs.ch](mailto:aphs@aphs.ch)  
Homepage: <http://www.aphs.ch>

Die Angst- und Panikhilfe Schweiz (aphs) ist eine nationale Selbsthilfeorganisation, welche sich um die Anliegen jener Menschen kümmert, die unter krankhaften Ängsten leidet. Unsere Mission ist Aufklärung und Information, die Förderung der Prävention und der richtigen Behandlung von Angststörungen. Unser Ziel ist die Verbesserung der Lebensumstände aller Betroffenen.

---

## Erreichbarkeit

### Öffnungszeiten

Hotline:

Die Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte unserer Webseite:

<http://aphs.ch/anlaufstelle-hotline/>

---

## Angebot

### Angebot

- Klassische Selbsthilfegruppen
- Hotline für Betroffene und Angehörige 0848 801 109
- Informativ Website [www.aphs.ch](http://www.aphs.ch)
- Unterstützung für Betroffene und Angehörige
- Shop mit Infomaterial rund ums Thema
- Gemeinsame Unternehmungen als Weg aus der Isolation
- Öffentlichkeitsarbeit
- Förderung von Vernetzung und Austausch für Betroffene, Angehörige, Therapeuten und anderen Stellen

### Spezialangebote

für Vereinsmitglieder:

- Therapieplatzvermittlung
- Zeitschrift

### Massnahmen

Die von uns unterstützten Selbsthilfegruppen organisieren sich selbst und legen die Massnahmen entsprechend der Nachfrage fest.

### Behandlungskonzept

Selbsthilfegruppen (Information, Aufklärung, Bewältigungs-Strategien erlernen)

Selbsthilfe spielt bei der Gesundung eine wichtige Rolle. Wir fördern den Informationsaustausch und das Zusammenbringen von Menschen mit Angststörungen.

### Betreuungsumfang

Die unterstützten Selbsthilfegruppen organisieren sich selbst. In der Regel finden die Treffen 1-2 mal monatlich statt.

### Aufenthaltsdauer

Die unterstützten Selbsthilfegruppen organisieren sich selbst.

### Anzahl Plätze

Die unterstützten Selbsthilfegruppen organisieren sich selbst und legen die Gruppengrösse individuell fest.

### Kosten

Die unterstützten Selbsthilfegruppen organisieren sich bezüglich der Kosten selbst.

### **Entlöhnung**

Keine. Die Gruppen werden von uns mit festgelegten Jahresbeiträgen und Zusatzbeiträgen pro teilnehmendes aphs-Mitglied unterstützt.

---

## **Organisation**

### **Kooperationen**

AGILE - Behinderten Selbsthilfe Schweiz

SGAD - Schweizerische Gesellschaft für Angst und Depression

patienten.ch - Dachorganisation der indikationsbezogenen Patientenorganisationen

EQUILIBRIUM - Verein zur Bewältigung von Depressionen

### **Qualifikationen Personal**

Eigene Erfahrungen

### **Zertifizierung**

- BSV

### **Zertifizierung Bemerkung**

BSV/AGILE anerkannte Patientenorganisation / Selbsthilfeorganisation.

Leistungserbringer für das Bundesamt für Sozialversicherung BSV.

### **Finanzierung der Organisation**

- Mitgliederbeiträge

- Bund

- Spenden

### **Finanzierung Bemerkung**

Leistungserbringer für das Bundesamt für Sozialversicherung BSV.

### **Zusätzliche Bemerkung**

APhS-Selbsthilfegruppen bestehen derzeit in Basel, Rapperswil/Jona, Schaffhausen, Winterthur und Zürich.

Weitere sind in Planung.

---

## **Zielgruppe**

Unsere Zielgruppe sind Menschen, die von einer Angststörung betroffen sind, deren Angehörige und am Thema Interessierte in der ganzen Schweiz.

---

## **Aufnahmebedingungen**

### **Aufnahmebedingung**

Keine

### **Ablehnungskriterien**

Keine

### **Alterslimite**

Keine

### **Anmeldeverfahren**

Entweder telefonisch, schriftlich oder über unsere Webseite: <http://aphs.ch/home/mitgliedschaft-bei-aphs/>

---

## **Beilagen**

### **Andere Beilagen**

Keine

---

# Gesuche / Formulare

## Ganzes Jahr möglich

Ja

## Anmeldezeitpunkt

Es ist jederzeit möglich, unserer Organisation beizutreten.

## Gesuchsempfangsstelle

<http://aphs.ch/home/mitgliedschaft-bei-aphs/>

---