

SHFPG.CH

Wohlbefinden ist Gold wert

FAQ

Was versteht man unter SHFPG.CH

SHFPG.CH steht für Selbsthilfe für Psychische Gesundheit. Da wir uns online treffen, endet es mit .CH.

An wen richtet sich SHFPG.CH?

Die Selbsthilfe für Psychische Gesundheit SHFPG richtet sich an erwachsene Personen, die von psychischen Erkrankungen, psychischen Belastungen oder psychischen Beeinträchtigungen betroffen sind und sich mit anderen Betroffenen austauschen möchten.

SHFPG fokussiert psychisches Wohlbefinden; sei es auf dem Weg zur Genesung oder im Umgang mit einer chronischen psychischen Erkrankung.

In welcher Sprache finden die Treffen statt?

Wir sprechen schweizerdeutsch/deutsch.

Wann finden die Treffen statt?

Die Treffen finden alle drei Wochen, jeweils am Dienstagabend von 19:30 bis 20:45 Uhr statt. Die Daten sind auf der Webseite www.shfpg.ch unter Daten und Anmeldung ersichtlich.

Was kostet eine Teilnahme?

Die Teilnahme ist kostenlos.

Was bieten Impulsreferate?

Mehrmals im Jahr lädt SHFPG Gäste zu einem Impulsreferat ein. In diesen Beiträgen wird Psychische Gesundheit aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet. Allen ist gemein, psychisches Wohlbefinden als ein wichtiges Element menschlicher Gesundheit zu verstehen. Mit diesen Impulsreferaten erweitern wir unser Selbsthilfeangebot und die Teilnehmenden erhalten die Möglichkeit, den Referen:innen Fragen zu stellen.

Welche technischen Hilfsmittel setzen eine Teilnahme voraus?

Man benötigt einen Computer, ein Laptop, Tablet oder Smartphone mit Kamera. Wichtig ist ein stabiles Netz (guter Empfang), ein Headset kann für die Qualität vorteilhaft sein.

Welche Software wird für die Online Treffen verwendet?

SHFPG.CH arbeitet mit GoToMeeting.

GoTo Meeting ist ein Videokonferenzsystem von dem Unternehmen LogMeIn, welches Online-Besprechungen, Desktopfreigabe und Videokonferenzen in Echtzeit ermöglicht. GoTo Meeting wird für seine Einfachheit geschätzt. GoTo Meeting kann mit einem, iOS-, Android- und Windowsbetriebssystem genutzt werden.

Wie meldet man sich für Online Treffen an?

Die Anmeldung erfolgt über die Webseite www.shfpg.ch unter Daten und Anmeldung.

Spätestens 48h vor dem Treffen erhält man einen Login-Link, mit welchem man sich in das Online Treffen einwählen kann.

Was passiert nach der Anmeldung?

Nach der Anmeldung erhält man umgehend eine Anmeldebestätigung per E-Mail.

Der Versand des Login-Links erfolgt spätestens 48h vor dem Online Treffen.

Wie loggt man sich ein?

Am Meeting teilnehmen kann man per Computer, Tablet oder Smartphone.

Man klickt auf den Login-Link, den man spätestens 48h vor dem Online Treffen per E-Mail erhält.

Bei der Frage 'Wie möchten Sie heute an Ihrem Meeting teilnehmen?' wählt man 'In diesem Browser teilnehmen'.

Es ist nicht nötig, eine App herunterzuladen.

Gibt es einen Anmeldeschluss?

Eine sichere Teilnahme wird mit einer Anmeldung bis 48h vor dem Treffen garantiert. Spätere Anmeldungen versuchen wir zu ermöglichen, können wir jedoch nicht garantieren.

Was tun, sollte man doch nicht teilnehmen können?

Wir sind dankbar, wenn die Abmeldung so früh wie möglich per E-Mail an welcome@shfpg.ch erfolgt.

Gibt es Spielregeln bei den Online Treffen?

Auf jeden Fall. Diese findet man auf www.shfpg.ch

Bei einer Anmeldung stimmt man diesen zu.

Was passiert, wenn jemand die Spielregeln verletzt?

SHFPG.CH toleriert keine Verletzungen der Spielregeln. Je nach Schweregrad wird durch die Gruppenleitung eine Verwarnung oder ein Gruppenausschluss ausgesprochen.

Generell gilt: die Gruppenleitung behält sich das Recht vor, eine Person ohne Angaben von Gründen für die Teilnahme an den Treffen abzulehnen, die Person ohne Angaben von Gründen der Gruppe zu verweisen und/oder ein Teilnahmeverbot auszusprechen.