



**SELBSTHILFE** WINTERTHUR  
SCHAFFHAUSEN

---

## ***Selbsthilfegruppe für Betroffene / Angehörige***

# ***Mobbing***

Ob in der Schule, am Arbeitsplatz, im Internet oder sonst wo. Mobbing gibt es überall. Mobbing kann jede\*n treffen.

*Unter Mobbing versteht man die wiederholte und über einen längeren Zeitraum begangene Verletzung der Würde eines Menschen durch eine Einzelperson oder eine Gruppe, indem dieser Mensch schikaniert, übergangen, abgewertet, beleidigt oder ignoriert wird. Ziel dabei ist der Ausschluss der betroffenen Person.*

Falls du von Mobbing betroffen bist oder warst oder Angehörige\*r eines Mobbingopfers bist, melde dich bei uns.

In der Selbsthilfegruppe «NOTALONE bei Mobbing» unterstützen wir uns als Betroffene oder Angehörige bei der Verarbeitung der Mobbing Erfahrung und helfen uns dabei, uns heute und in der Zukunft vor Mobbing zu schützen. Wir begegnen uns mit Verständnis und vorurteilsfrei und stärken uns gegenseitig, weil wir wissen, dass wir nicht alleine sind mit unseren Erfahrungen.

Wir bieten keine juristische oder psychologische Beratung an.

Die Treffen finden einmal monatlich in Schaffhausen statt.

Weitere Informationen und Anmeldung:

---

**Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen**

Telefon 052 213 80 60 | [www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch](http://www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch)