

Tag der seelischen Gesundheit: Workshop / Angebote

Eröffnungstag im Forum Alte Post Mittwoch, 01.06.2022 ab 10:30 Uhr

10:30 Uhr Begrüßung und Einführung in die Tage der seelischen Gesundheit

**10:45 – 11:30 Uhr Vortrag zum Thema „Volkskrankheit Depression-
erkennen, enttabuisieren, Hilfe finden“
Prof. Dr. Michael Berner, Chefarzt u. Klinikdirektor für
Psychiatrie, Klinikum Karlsruhe**

**11:30 – 12:00 Uhr Gesprächsrunde zu „Bündnisse gegen Depression“
Prof. M. Berner, Frau Herbel-Hilgert (LZG), Herr T. Holl
(KL), Herr B. Kaduk (PS)**

12:00 – 13:00 Uhr Pause

**13:00 Uhr Vortrag - „Sucht und Depression“ zwei psychische Erkrankungen,

die sich anziehen

Frau Angela Matz, Dipl. Psychologin, niedergelassene
Psychotherapeutin in PS, Herr Marc Chapoutier, Mentor u. Coach**

13:45 Uhr: Workshops zum Mitmachen (siehe Tabelle)

15:30: gemeinsamer Abschluss

	Angebot Workshops zum Mitmachen	Uhrzeit	Turmzimmer	Aktives Museum	Glasanbau 1.OG	Hugo Ball Kabinett	Teilnehmeranzahl
1	Frau Matz / Resilienz-Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft	14:00-14:45	X				27
2	Frau Schnöder/ Achtsamkeit und Yoga	14:30-15:00		X			20
3	Frau Warth / Duftentspannungsreise	15:00-15:30		X			20
4	Frau Glahn / Progressive Muskelrelaxation	14:00-14:45				X	20
5	Frau Andre / Meet the AA	14:45-15:30	X				27
6	Frau Frisch / Erste Hilfe für die Seele	14:45-15:30			X		12

Donnerstag, 02.06.2022	Freitag, 03.06.2022
<p>Kreisverwaltung SWP/ Stadtverwaltung Pirmasens Ort: Exerzierplatz Pirmasens / Stadtratssaal / PS Uhrzeit: 10 – 13 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - 10:15 Uhr: Belastungen der Seele – Gesundheit am Arbeitsplatz - 11:00 Uhr: Hilfe beim Helfen – seelische Gesundheit von pflegenden Angehörigen - 11:45Uhr: Erste Hilfe für seelisch Erkrankte (MHFA-Ersthelfer) - 12:00 Uhr: Demenzerkrankung versus Depression <p>Mitmach-Aktion beim Baum des Lebens für Wünsche, Sorgen und Anregungen</p> <p>Nachmittags findet von 13:00- 16:00 Uhr finden Angebote im Info- und Beratungszentrum in Zweibrücken statt</p>	<p>Caritas-Förderzentrum Paul Josef Nardini in ZW</p> <p>Ort: Siebenpfeifferstraße 4, ZW)</p> <p>Uhrzeit: 15:00 und 17:00 Uhr</p> <p>Inklusives Yoga für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung</p>

<p>Ort: Info- und Beratungszentrum, Poststraße 40, ZW Uhrzeit: 13:30 -15:30 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - 13:30 Uhr: Burnout – Gesundheit am Arbeitsplatz - 14:00 Uhr: Vorstellung der Demenzsprechstunde - 14:30 Uhr: Pflege-Begutachtung bei Menschen mit seelischen Erkrankungen - 15:30 Uhr: Psychiatrische Patientenverfügung 	
<p>Tagesklinik / Krankenhaus Pirmasens Ort: Pettenkoferstraße 22, PS Uhrzeit: 14:15 – 16:30 Uhr Einlass 14:00</p> <ul style="list-style-type: none"> - 14:15 -14:30 Begrüßung und Vorstellung Ort: TK-Aufenthaltsraum Durchführende: Hr. Sänger (Psychologischer Psychotherapeut) und Fr. Salzmann (Fachpflegekraft) - 14:30- 14:45 "Die Welt ist Begegnung" - Kurze Einführung in das Konzept der Tagesklinik Ort: TK-Aufenthaltsraum Durchführende: Fr. Dr. Christianus (Oberärztin) - 14:45- 15:15 "Die Welt ist Klang"- Musiktherapie und ihre Anwendung bei der Behandlung von psychischen Störungen Ort: Musiktherapieraum, 2. OG Durchführender: Hr. Wenzel (Musiktherapeut) -15:00 Uhr „Gesundwerden bei seelischer Erkrankung“ Ort: Konferenzraum 1 UG Durchführende: Fr. Kizil Tekedemir (Psychologische Psychotherapeutin) - 15:15-15:30 "Die Welt ist grün" - Gartentherapie/Ergotherapie - Natur und Garten als ergotherapeutisches Medium Ort: TK-Aufenthaltsraum Durchführende: Fr. Stein (Ergotherapeutin) 	<p>Johanniter Ort: Kaiserstraße 43, PS Uhrzeit:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 14:00 Uhr: Vorstellung Angebot „Löwenherz“, „Löwenherz 2.0“ & „Mach mit und bring dich ein“ Gruppenangebot für Kinder und Jugendliche mit dem Schwerpunkt psychische Belastungen

<p>- 15:30-15:45 "Die Welt ist Duft" - Aromatherapie - Die therapeutische Arbeit mit Düften Ort: TK-Aufenthaltsraum Durchführende: Fr. Raisch (Fachpflegekraft)</p> <p>- 15:45-16:30 "Kaffeenachmittag" mit offenem Austausch Ort: Garten</p> <p>Der Sozialarbeiter Hr. Reihle steht für Fragen zur Nachsorge nach der Entlassung aus der Tagesklinik zur Verfügung (Reha, ambulante Dienste etc.) Die Kunsttherapeutin Fr. Gronenborn hat sich um die Ausstellung von Bildern aus der Therapie in den Klinikräumlichkeiten gekümmert.</p> <p>Ende 16:30</p> <p>In den Räumlichkeiten gilt die Maskenpflicht und soweit möglich die Abstandregelung. Der Genuss von Kaffee und Kuchen findet draußen im Garten statt.</p>	
<p>Familienbildungsstätte Ort: Unterer Sommerwaldweg 44, PS Uhrzeit: - 15:00 – 16:30 Uhr: Strick-Kaffee - 15:30 – 17:30 Uhr: Malkurs „Vögel“</p>	<p>Familienbildungsstätte Ort: Unterer Sommerwaldweg 44, PS Uhrzeit: - 10:00 – 12:00 Uhr: Gärtnern in der Kiste - 13:00 – 14:00 Uhr: Yoga</p>
<p>P11 Quartiersbüro Winzler- Viertel Ort: Patio 11, PS Uhrzeit: - 15:00 -16:30 Uhr: Brezel, Butter, Babbel</p>	<p>Horeb Treff Ort: Klosterstraße 9, PS Uhrzeit: - 14:00 -17:00 Uhr: „Relax – Entspannung im stressigen Familienalltag“</p>
<p>Gemeindepsychiatrisches Zentrum (GPZ) Zweibrücken Ort: GPZ-Tagesstätte, Kaiserstraße 51 in ZW Uhrzeit: 10:30 – 13:30 Uhr - „Gemeinsam. Selbstgemacht. Stark“</p>	<p>Caritas – Förderzentrum Vinzenz von Paul Ort: Caritas Förderzentrum Vinzenz von Paul, Schloßstraße 22 Uhrzeit: ab 19:00 Uhr - „Ein Irischer Abend mit irischer Live-Musik“ &</p>

<p>Workshops zum Selbstmachen von Handschmeichlern & Sorgenpüppchen Für die Stärkungen werden „Soul-Food-Energiebällchen“ selbst gemacht</p>	<p>- Impulsangebot „Körper, Geist, Seele“</p>
<p>Pfalzlinikum für Psychiatrie und Neurologie Klingenmünster Ort: JUKUWE, Glockenstraße 12-20, PS Uhrzeit: 09 - 13 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - Orientierungstag für Menschen mit eigener Psychiatrieerfahrung (mit Herrn Biehn und Frau Trapp) - Fotoprojekt „Mein Ausdruck“ 	<p>RUBIN gemeinnützige GmbH Ort: Altes Rathaus der Stadt Dahn Uhrzeit: 15:00</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausstellung der Tagesstätte für Menschen mit psychischen Erkrankungen „Wege aus der Depression“ ➔ Vernissage von Freitag, 03.06.2022 bis 24.06.2022

Dienstag, 07.06.2022	Mittwoch, 08.06.2022	Donnerstag, 09.06.2022	Freitag, 10.06.2022
<p>Caritas – Förderzentrum Vinzenz von Paul Ort: Waschsalon Clementine, Schloßstraße 22, PS Uhrzeit: ab 11:00 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Keep cool. Eisessen beim Waschsalon Clementine“ 	<p>RUBIN gemeinnütziges GmbH Ort: Camp4 Kletterzentrum GmbH, Pariserstraße 24, ZW Uhrzeit: 11:00 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Klettern aus der Angst“ (20 – 25 Teilnehmer) 	<p>Familienbildungsstätte Ort: Unterer Sommerwaldweg 44, PS Uhrzeit: 17:00 – 19:00 Uhr Waldbaden</p>	<p>ASB Haus Pfalzblick Ort: Beckenhoferstr. 69, PS Uhrzeit: 14:00 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Schritt für Schritt zum Glück“ Wanderung und Kaffee
	<p>Teilhabezentrum Dahn Ort: Hauensteinerstraße 43, Dahn Uhrzeit: 13:00 – 17:00 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thema: 3 Sequenzen Achtsamkeit und Entspannung 	<p>Tagesklinik / Krankenhaus Pirmasens / Ort: Pettenkoferstraße 22, PS Uhrzeit: 15:00 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gespräch- & Kaffeenachmittag Vortrag „Gesund werden bei seelischer Erkrankung“ 	<p>Familienbildungsstätte Ort: Unterer Sommerwaldweg 44, PS Uhrzeit: 09:30 Uhr – 11:00 Uhr „Herzensworte“</p>

	<p>Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft Ort: Tagungshaus Maria- Rosenberg Waldfishbach Uhrzeit: 14:00 – 16:00 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - Angebote der Versorgungsregion – Anlaufstellen und Hilfen / Verabschiedung Herr Kaduk 	<p>Caritas – Förderzentrum Vinzenz von Paul Ort: Waschsalon Clementine, Schloßstraße 22, PS Uhrzeit: 10:00 – 14:00 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Waschen mit Herz. Kostenloses Waschen im Waschsalon Clementine“ 	<p>ASB Waldfishbach Ort: Bahnhofstraße 8, Waldfishbach Uhrzeit: 14:00 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Schritt für Schritt zum Glück“ Wanderung und Kaffee
	<p>RUBIN gemeinnütziges GmbH Ort: CityStar – Jugendherberge, Schützenstraße 12-14, PS Uhrzeit: ab 18:00 Uhr</p> <ul style="list-style-type: none"> - 18:00 Uhr: Buchlesung mit Markus Bock zum Thema Depression <p>20:00 Uhr: Soul-Café mit Musik und Soul-Food</p>		<p>Salzgrotte Ort: Mauschbach, Hauptstr. 21 Uhrzeit: 09.00-14.00 Tag in der Salzgrotte für Angehörige psychisch kranker Menschen Anmeldung bis 03.06.2022 Leitsteller „Älter werden“ 06331/809333</p>

Sie haben Fragen?

Melden Sie sich bei Cornelia Schwarz (corneliaschwarz@pirmasens.de / 06331/1534162)

Bitte beachten Sie, dass alle Veranstaltungen an verschiedenen Orten sind.