

TAGE DER SEELISCHEN GESUNDHEIT

01.-10. Juni 2022

Auftaktveranstaltung 01.06.2022,
ab 10.30 Uhr, „Forum Alte Post“



Programmablauf

- 10.30 Uhr Begrüßung und Einführung
- 10.45 Uhr Vortrag: „Volkskrankheit Depression – erkennen, enttabuisieren, Hilfe finden“
Prof. Dr. Michael Berner, Chefarzt u. Klinikdirektor für Psychiatrie, Klinikum Karlsruhe
- 11.30 Uhr Gesprächsrunde zu „Bündnisse gegen Depression“
Prof. M. Berner, Frau Herbel-Hilgert (LZG), Herr T. Holl (KL), Herr B. Kaduk (PS)
- 12.00 Uhr Pause
- 13.00 Uhr Vortrag: „Sucht und Depression“
zwei psychische Krankheiten die sich anziehen,
Frau Angela Matz, Dipl. Psychologin, niedergelassene Psychotherapeutin in PS
Herr Marc Chapoutier, Mentor u. Coach

Workshops zum Mitmachen ab 13.45 Uhr

- 14.00 Uhr – 14.45 Uhr Resilienz-das Geheimnis der psych. Widerstandskraft
A. Matz u. M. Chapoutier, Turmzimmer, max. 27 Teilnehmer
- 14.00 Uhr – 14.45 Uhr Progressive Muskelrelaxation
Frau Glahn, Hugo Ball Kabinett, max. 20 Teilnehmer
- 14.30 Uhr – 15.00 Uhr Achtsamkeit und Yoga
Frau Schnöder, Aktives Museum, max. 20 Teilnehmer
- 15.00 Uhr – 15.30 Uhr Duftentspannungsreise
Frau Warth, Aktives Museum, max. 20 Teilnehmer
- 14.45 Uhr – 15.30 Uhr Erste Hilfe für die Seele
Frau Frisch, Glasanbau 1. OG, max. 12 Teilnehmer
- 14.45 Uhr – 15.30 Uhr Meet the AA
Frau Andre, Turmzimmer, max. 27 Teilnehmer
- 15.30 Uhr Abschluss & Ausblick, im Plenum

Moderation:

Bernhard Kaduk, Psychiatriekoordinator der gem. Versorgungsregion PS/ZW u. Landkreis Südwestpfalz