

Veranstungsübersicht zur Woche der Seelischen Gesundheit vom 15.10. – 19.10.2023

| SO 15.10. | MO 16.10. | DI 17.10. | MI 18.10. | DO 19.10. |
|--|---|---|--|--|
| | 09:00 - 12:00 Uhr Kreatives Gestalten Ort: Teilhabezentrum Bad Salungen | | | |
| | | 09:30 Uhr Vortrag Gesundheits- und Lebenskompetenz in der Psychotherapie Ort: Landratsamt BaSa | 10:00 - 12:00 Uhr Vortrag: Vorsorgevollmacht Ort: Landratsamt Rennbahn ESA | 11:00 Uhr Yoga Ort: Sportraum der WfbM BaSa |
| 13:00 - 15:00 Uhr Filmvorführung „Expedition: Depression“ Ort: Cineplex ESA | | 11:00 Uhr Yoga Ort: Sportraum der WfbM BaSa | 13:30 Uhr Begegnungskaffee Ort: Teilhabezentrum BaSa | 11:00 - 17:00 Uhr Offene Begegnungsstätte – Vorstellung Angebote für Menschen mit psych. Erkrankung Ort: „Kaffee mit Herz“ BaSa |
| 13:30 - 15:45 Uhr Jeder Schritt hält fit – Gesundheitswandern Treffpunkt: Bahnhof ESA | 13:30 - 15:30 Uhr Vortrag: Modedroge GHB (sog. Liquid Ectasy) aus Sicht der Klinik Ort: Landratsamt Rennbahn ESA | 13:30 - 15:30 Uhr Resilienz in Krisenzeiten - Mitmachübungen in der Natur Treffpunkt: Bahnhofsgebäude BaSa | 14:00 - 15:30 Uhr Fortbildung: ADHS im Erwachsenenalter Ort: Hainich Akademie Mühlhausen | 14:00 - 16:00 Uhr Als Familie entspannt durch den Nachmittag Ort: Frauen- & Familienzentrum LOUISE BaSa |
| 14:00 - 16:00 Uhr Waldbaden Treffpunkt: Bergbaulehrpfad Stedtfeld | 14:30 - 15:30 Uhr Werkstattführung – Arbeitsangebot für Menschen mit psych. Erkrankung Ort: WfbM Vacha/Oberzella | | | |
| 14:00 - 17:00 Uhr Tag der offenen Tür Ort: Praxis Lebensfreude ESA | | 15:00 Uhr Rund und farbig – Pause für Familien in Krisenzeiten Ort: Familienberatungszentrum Diako ESA | 15:30 - 17:00 Uhr Wann wird mein Problem zu einer Krise? Ort: Familienzentrum Diako ESA | 16:00 - 17:00 Uhr Vortrag: Vorsorgevollmacht Ort: Landratsamt BaSa |
| 16:30 - 18:15 Uhr Filmvorführung „Expedition: Depression“ Ort: pab kinocenter BaSa | 15:00 - 16:30 Uhr Angst vor der Zukunft? – Navigieren beim Driften Ort: AWO ESA | 15:30 - 17:00 Uhr Grenzen setzen, aber wie? Ort: TheKIZ Haus Sonnenschein ESA | | 16:00 - 17:00 Uhr Einführung in die Achtsamkeitsmediation Ort: AWO ESA |
| | 16:00 - 18:30 Uhr Gestärkt in Krisen durch achtsames Natur-Erleben Treffpunkt: Parkplatz Föhrlitz, Dermbach | 16:00 - 19:00 Uhr Tag der offenen Tür Ort: Suchtberatung BaSa | | 17:00 Uhr Vortrag Angststörung – unsere Seele in der Krise Ort: Tagesklinik ESA |
| | 17:00 Uhr Offenes Selbsthilfegruppentreffen für Angehörige Ort: Suchtberatung ESA | 16:00 - 17:30 Uhr Eltern-Kind-Turnen Ort: Werner-Seelenbinder Halle BaSa | 17:00 - 18:00 Uhr Lachyoga Ort: Landratsamt Rennbahn ESA | 17:00 Uhr Finanzielle Unterstützung in Krisenzeiten Ort: Familienzentrum Diako ESA |
| | 18:00 Uhr Vortrag: Umgang mit Medien im Kinder- und Jugendalter Ort: Kulturhaus Ruhla | 16:30 - 18:00 Uhr Progressive Muskelentspannung und Autogenes Training Ort: Klinikum BaSa | 17:00 - 18:30 Uhr Angst und Depression in Krisenzeiten – Gesprächsrunde mit Fachärzten Ort: Klinikum BaSa | 17:00 - 18:00 Uhr Progressive Muskelentspannung Ort: „Kaffee mit Herz“ BaSa |
| | | 17:00 - 18:30 Uhr Filmvorführung über Leistungsdruck in der Schule & Schulweigerung Ort: Gymnasium BaSa | 18:00 Uhr Was Familien stärkt – Kommunikation und Kontakt Ort: Familienzentrum Diako ESA | 17:30 - 19:00 Uhr Lesung „Depression verstehen für Betroffene und Angehörige“ Ort: Mehrgenerationenhaus BaSa |
| | | 18:00 - 19:30 Uhr Vortrag Psychologie der Angst - Wieso, weshalb, warum? Ort: Rennsteigwanderhaus Eisenach OT Horschel | 18.00 -19.30 Uhr Vortrag: Burn-Out Ort: VHS ESA | 18:00 - 19:30 Uhr Vortrag Essen für die mentale Gesundheit Ort: Rennsteigwanderhaus Eisenach OT Horschel |

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei!

Interne Veranstaltungen:

16.-19.10.2023 **Schulprojekt Wald**, 09:00 – 13:00 Uhr,

MI 18.10.2023 **Durchblick 2.0 – ein Mitmachparcours zu Alkohol, Tabak und illegale Drogen**, ab 09:00 Uhr, Ort: Suchtberatung ESA

DO 19.10.2023 **Stressprävention in der Schule**, 08:00 - 12:00 Uhr, Ort: 1. Stadtschule BaSa

Weitere Veranstaltung: FR 13.10.2023 **Vortrag „Kräuter für die Seele“**, 19:00 Uhr, Ort: Kreisbibliothek BaSa