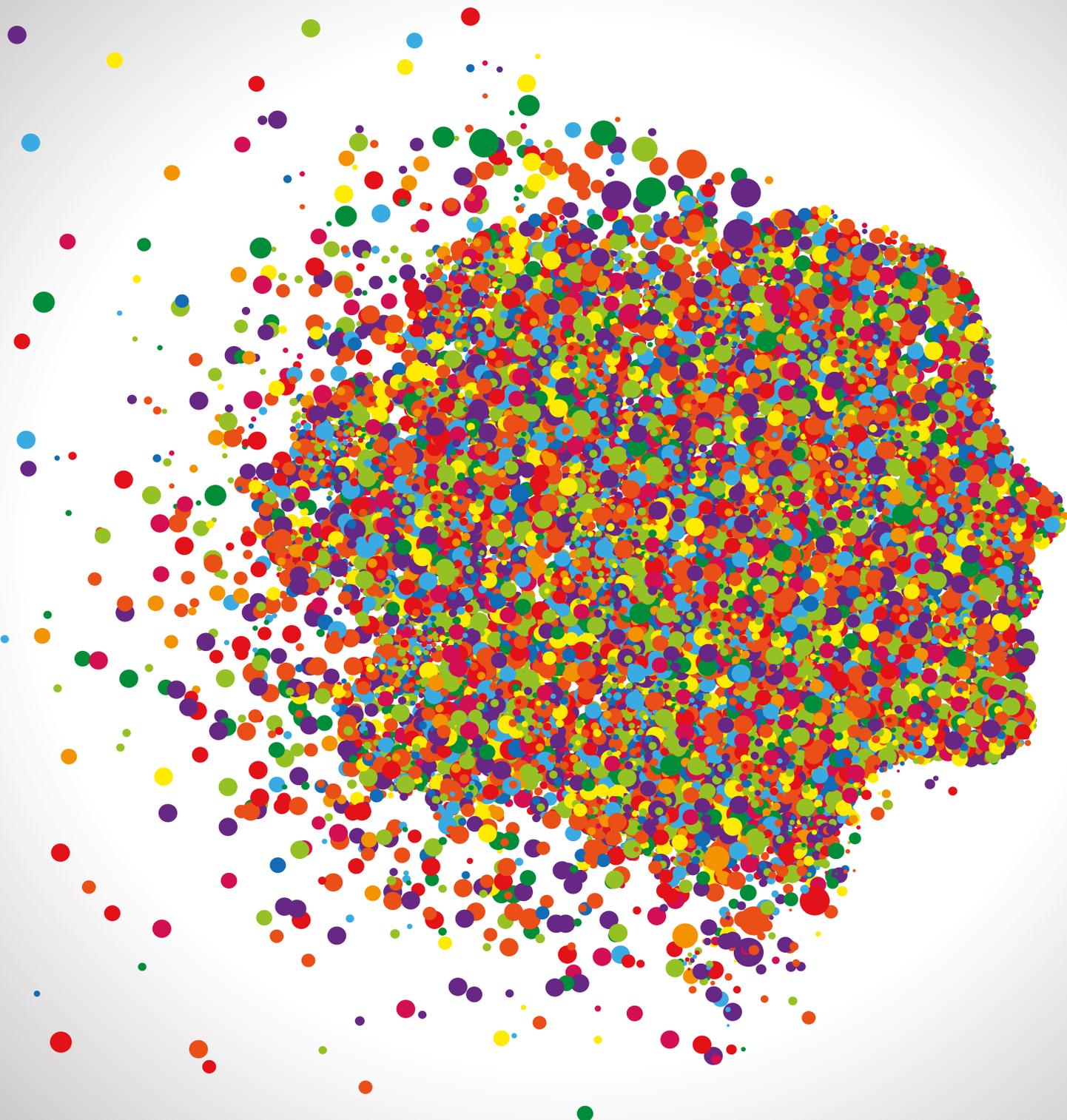


Programmheft



Erfurter Woche zur seelischen Gesundheit
Titelthema: „Gemeinsam statt einsam“
14. – 18. Oktober 2019

Vorwort

Sehr geehrte Bürgerinnen, sehr geehrte Bürger,

diese Aktionswoche findet schon zum dritten Mal in Erfurt statt. Zugleich ist sie ein Teil der bundesweiten Kampagne, welche rund um den internationalen Tag der seelischen Gesundheit viele Interessierte erreicht.

Unser Ziel ist es, den Erfurter Bürger und Interessierte rund um die Thematik der seelischen Gesundheit zu sensibilisieren und zu informieren. Mit einem facettenreichen Rahmenprogramm (Workshops, Tag der offenen Tür, Informationsstände, Radiosendungen, Kreativnachmittage und vieles mehr) rund um das Schwerpunktthema: "Gemeinsam statt einsam – seelisch gesund zusammenleben" wollen wir die Thematik ansprechen und vertiefen. Wir bieten dieses Jahr viele Veranstaltungen in verschiedenen Stadtteilen an. Somit können die Bürger in ihrem Wohnumfeld einige Vereine kennen lernen und kommen so zu interessanten Gesprächen. Hilfesuchende erleichtert es den Zugang und es werden Hemmungen abgebaut. Weiterhin können die Bürger und Bürgerinnen gemeinsam mit Fachleuten und Betroffenen die offenen Fragen „Was ist unter seelische Gesundheit zu verstehen“ erörtern.

Das Programmheft soll Ihnen einen detaillierten Einblick in die Aktionswoche geben. Für Fragen, Beratungswünsche, Anregungen und auch Kritik stehen wir Ihnen gern unter den angegebenen Kontaktdaten zur Verfügung.

Wir bedanken uns für die wohlwollende Zusammenarbeit mit allen beteiligten Verbänden, Institutionen und Kooperationspartnern und wünschen allen Interessierten und Mitwirkenden eine erkenntnisreiche und gelungene Erfurter Woche zur seelischen Gesundheit.

Bitte beachten Sie, dass die Teilnehmerzahl einiger Veranstaltungen begrenzt ist und das es zu kurzfristigen Programmänderungen kommen kann.

Die Veranstaltungen sind weitestgehend kostenfrei. Bitte beachten Sie die Hinweise der einzelnen Angebote.

Weitere Auskünfte unter:

Amt für Soziales und Gesundheit

Telefon: Tel. +49 361 655-4243

Ausführliche Informationen zu den bundesweiten Aktionstagen unter:

<https://aktionswoche.seelischegesundheit.net>

Gesundheit und Suchtprävention

Programmübersicht

Montag

Auftaktveranstaltung

Eröffnung der Woche der seelischen Gesundheit

10:00 -12:00 Uhr

Seite: 6 und 7

Workshop

„Einsam. Hilfe durch die Bibliothek?“

10:00 Uhr

Seite: 8

Mitmachangebot

„Einsam? Herzlich Willkommen beim Brettspielertreff!“

14:00 -17:00 Uhr

Seite: 9

Dienstag

Gesprächsrunde

„Wunschbaum“

10:00 -14:00 Uhr

Seite: 10

Informationsangebot

„TLPE“

10:00 -12:00 Uhr

Seite: 11

Vortrag

„Farben und Formen als Brücke zur Seele“

10:00 -11:30 Uhr sowie

15:00 -16:30 Uhr

Seite: 12

Mitmachangebot

„Spielend zusammenkommen- Nachbarschaft leicht gemacht

12:00 -16:00 Uhr

Seite: 13

Informationsangebot

medizinisch-berufliche Rehabilitation

14:00 Uhr

Seite: 14

Mittwoch

Workshop

„Wenn's der Seele dreckig geht ...“

10:00 -11:30 Uhr

Seite: 15

Tag der offenen Tür

10:00 -14:00 Uhr

Seite: 15

Mitmachangebot

„Einsam? Herzlich Willkommen beim Brettspielertreff!“

13:00 -16:00 Uhr

Seite: 16

Vortrag

14:00 Uhr

Seite: 16

Filmvorführung

„La Maladie du Démon – Die Krankheit der Dämonen“

14:00 Uhr

Seite: 17

Vortrag

„Flucht und Trauma ...“

16:00 -18:00 Uhr

Seite: 18

Informationsabend

„Verrückt, na und“

17:00 -18:00 Uhr

Seite: 19

Vortrag

„Burnout“

19:00 Uhr

Seite: 19

Programmübersicht

Donnerstag

Mitmachangebot

Gruppenangebot Jonathan
10:00 -16:00 Uhr
Seite: 20

Kreativangebot

Buchwerkstatt
10:00 -13:30 Uhr
Seite: 20

Mitmachangebot

„Von Jung bis Alt, miteinander
füreinander kreativ“
10:00 - 14:00 Uhr
Seite: 21

Vortrag mit Gesprächsrunde

Der ‚Andere Mensch‘
15:00 -17:00 Uhr
Seite: 22

Lesung mit Gesprächsrunde

„Vom Wert des Redens und
Schreibens“
15:00 Uhr
Seite: 23

Lesung

„Als Mama nur noch traurig
war“
16:00 Uhr
Seite: 23

Vortrag

„Psychisch gesund bleiben bei
der Arbeit im Team“
17:00 Uhr
Seite: 24

Vortrag

„Als Mama nur noch traurig
war“
17:00 Uhr
Seite: 25

Dialog/Filmvorführung

„Suizid“
ab 18:00 Uhr
Seite: 25

Freitag

Kreativangebot

Hobby-Markt
10:00 -12:00 Uhr
Seite: 26

Lesung

„Tagtraumzeit - Nachdenk-
zeit - Lächelzeit“
13:00 -14:00 Uhr
Seite: 27

Lesung

„ThuLPE“
14:15 -16:00 Uhr
Seite: 28

Vortrag mit Gesprächsrunde

Konstruktiver Umgang mit
Konflikten
15:00 - 17:00 Uhr
Seite: 29

Sonstiges

**weitere
Veranstaltungen:**

Ausstellung

„Die zweite Familie“
08.10. - 20.12.2019
Seite: 30

Kreativangebot

„Offenes Atelier - Freies
Malen und Zeichnen“
14.10. -18.10.2019
Seite: 31

Kreativangebot

Wohlfühlbereich
14.10. - 18.10.2019
Seite: 32

Auftaktveranstaltung

Eröffnung der Woche der seelischen Gesundheit

Uhrzeit: 10:00 -12:00 Uhr
Ort: Rathausfestsaal
Fischmarkt 1
99084 Erfurt
Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei

Die feierliche Eröffnung der Erfurter Woche der seelischen Gesundheit findet im Rathausfestsaal statt. Das einzigartige Ambiente bietet 100 Besuchern ausreichend Platz, um die Eröffnungsrede von Karola Stange (Die Linke) genießen zu können.

Karola Stange engagiert sich wie keine andere in unserer Stadt für die kleinen und großen Sorgen der Bürger. Sie ist Ansprechpartnerin für Vereine, Institutionen und Unternehmen sowie für die Zivilgesellschaft. Durch die vielfältigen Aufgaben als Mitglied des Thüringer Landtages, als Mitglied des Erfurter Stadtrates, Kuratorium der Thüringer Ehrenamtsstiftung, im Beirat „Frauen und Gleichstellung im Sport“ und als Ortsteilrätin von Hochheim, ist Frau Stange sehr aktiv.

Wir freuen uns sehr, dass sie die Erfurter Woche der seelischen Gesundheit mit all seinen Akteuren unterstützt.



Auftaktveranstaltung anschließende Podiumsdiskussion

Gemeinsam statt einsam?!

Frank Ruder von der Kommunalen Wohnungsgesellschaft mbH Erfurt (KoWo) ist aktiv im Netzwerk für Integration der Landeshauptstadt Erfurt tätig. Die KoWo setzt sich für die sichere und sozial verantwortbare Wohnungsversorgung für breite Schichten der Bevölkerung ein.

Bezahlbarer Wohnraum ist für alle Bürger, in Zeiten der Wohnungsknappheit, eine sehr große Herausforderung. Gemeinsam mit Sabine Wechsung vom AFpK (Angehörige und Freunde psychisch Kranker Erfurt und Umgebung e.V.) und Annette Weigelt vom Christophoruswerk Erfurt gGmbH soll der Frage nachgegangen werden - wie können wir es gemeinsam erreichen, dass die Bürger und Bürgerinnen nicht einsam in ihren Wohnungen verharren, welche Angebote sind bereits vorhanden und wo fehlen die Angebote? Was kann jeder Einzelne tun und wo werden andere Entscheidungsträger benötigt? Einsamkeit macht krank!

Beginnen wir nach Lösungen zu suchen.



Erfurts Amtsleiter vom Amt für Soziales und Gesundheit Herr Guido Kläser wird den Bürgern und Bürgerinnen die Grußworte der Stadt übermitteln. Herr Guido Kläser stellt das bunte Programm mit vielen interessanten Höhepunkten vor und lädt alle Bürger und Bürgerinnen ein, die Woche der seelischen Gesundheit für interessante Gespräche zu nutzen.

Montag, den 14.10.2019

Workshop

„Einsam. Hilfe durch die Bibliothek?“

Veranstalter: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Ansprechpartner: Christina Klauke und Rita Pregel

Uhrzeit: 10:00 Uhr
Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Domplatz 1; 2.OG, Tagungsraum
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei



Die Stadtbibliothek am Domplatz befindet sich seit 1966 im Gebäude „Zum goldnen Einhorn“.

Ungefähr 364.000 Medien werden für Jugendliche und Erwachsene angeboten. Allein 95.000 Medien sind auf drei Etagen frei zugänglich vorhanden. Im Erdgeschoss befinden sich Romane, Zeitungen und Zeitschriften, Reiseliteratur, Medien zu den Themen Sport, Spiele, Sammeln, Basteln, Wohnen sowie Kochbücher.

In der ersten Etage befinden sich Sachmedien und die regionalkundliche Abteilung mit Medien über und aus Mittel- und Nordthüringen, zum Teil über Thüringen gesamt.

In der zweiten Etage befindet sich der Bereich Kunst und Musik mit einer reichen Auswahl an Musik, Spielfilmen auf DVD und Blu-Ray sowie Hörbüchern.

Internetnutzer können an sieben Plätzen für 0,50 Euro die halbe Stunde surfen, Schüler sind von der Gebühr befreit. WLAN ist in der Bibliothek verfügbar.

Die Bibliothek veranstaltet Klassen- und Gruppenführungen nach Voranmeldung, es werden Ausstellungen sowie Lesungen und thematische Veranstaltungen organisiert.

Der literarische Workshop „Einsam. Hilfe durch die Bibliothek?“ beinhaltet Buchtipps und die Anleitung zur selbständigen Recherche in der Bibliothek. Wo kann ich was finden und wo kann ich mich hinwenden, wenn ich weitergehende Fragen haben.



Seien Sie neugierig – lesehungrig und vor allem dabei!

Montag, den 14.10.2019



Montag, den 14.10.2019

Mitmachangebot

„Einsam? Herzlich Willkommen beim Brettspielertreff!“

Veranstalter: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Ansprechpartner: Christina Klauke

Uhrzeit: 14:00 - 17:00 Uhr
Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Domplatz 1; 2.OG, Tagungsraum
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei



„Beim Spiel kann man einen Menschen in einer Stunde besser kennenlernen, als im Gespräch in einem Jahr.“

Platon (427 - um 348 v. Chr.), lateinisch Plato, griechischer Philosoph, Schüler des Sokrates

Gesprächsrunde

„Wunschbaum“

Veranstalter: AFpK und TWSd/ Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

Ansprechpartner: Sabine Wechsung und Kristina Poghosyan

Uhrzeit: 10:00 -14:00 Uhr

Ort: Teilhabezentrum Erfurt Mitte TWSd
Krämpferstraße 2-6
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich

Kosten: kostenfrei



Interaktive Aufklärungs- und Beratungsinitiative „Wunschbaum“ für Angehörige

Der Verein „Angehörige und Freunde psychisch Kranker Erfurt und Umgebung e.V.“(AFpK) vertritt die Interessen von Angehörigen und Familien mit seelisch erkrankten Menschen. Der Verein engagiert sich für die besondere Förderung und Unterstützung dieser Bürger durch die Gesellschaft, für ihre größtmögliche Teilnahme an allen Lebensprozessen und für ihre soziale Absicherung.

Das Trägerwerk Soziale Dienste in Thüringen GmbH/ Psychosoziale Kontakte- und Beratungsstelle.

Die vielfältigen Angebote richten sich vorwiegend an Menschen mit psychischen Erkrankungen und sollen eine Teilhabe an allen Bereichen des Lebens ermöglichen. Es sollen Räume und Möglichkeiten geschaffen werden, in denen sich Interessierte unabhängig von Herkunft und Hintergrund begegnen und entwickeln können. Dabei steht der selbstbestimmte Mensch mit seinen individuellen Voraussetzungen im Mittelpunkt unserer Arbeit.



Veranstalter:	Thüringer Landesverband Psychiatrie - Erfahrener e.V. (TLPE)
Ansprechpartner:	Frank Petter
Uhrzeit:	10:00 -12:00 Uhr
Ort:	Ilvers Passage Magdeburger Allee 124-126 99086 Erfurt
Anmeldung:	ist <u>nicht</u> erforderlich
Kosten:	kostenfrei



Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. (TLPE e.V.)

Wir sind eine Selbsthilfeorganisation von und für Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung auf der Suche nach Balance im Leben. Wir haben viel Erfahrung mit Selbsthilfe und sind überzeugt davon, dass sie ein wichtiger Bestandteil auf dem Weg in ein aktives, selbstbestimmtes Leben ist. Wir vertreten die Interessen psychisch erkrankter Menschen in Thüringen. Sie finden bei uns Annahme, Verständnis und Hilfsangebote. Unsere Beratungen sind unentgeltlich und wir unterliegen der Schweigepflicht.

„Willst Du etwas wissen, so frage einen Erfahrenen – und keinen Gelehrten!“

Wir möchten mit einem Informationsstand in der Ilvers Passage in der Magdeburger Allee 124-126 gezielt Bürger und Bürgerinnen erreichen, die auch hier ihr Wohnumfeld haben.

Für den Fall, dass wir aus organisatorischen Gründen nicht in der Ilvers - Passage anzutreffen sind, finden Sie uns im Ammertalweg 7 im 3.OG links (Fahrstuhl ist vorhanden).



Vortrag

„Farben und Formen als Brücken zur Seele“

Veranstalter: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Ansprechpartner: Christina Klauke

Uhrzeit: 10:00 -11:30 Uhr sowie 15:00 - 16:30 Uhr
Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Domplatz 1; 2.OG, Tagungsraum
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei



Die Kunsttherapeuten Evelyn Girlich kennt die positiven Ergebnisse einer schöpferischen Tätigkeit. Die Kunst schafft den Ausgleich zwischen Anspannung und Entspannung und hilft der Seele wieder in Einklang zu kommen. Sie ist Kunsttherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie und arbeitet in einer eigenen Praxis in Erfurt.
Sitz: Andreasstraße 32, 99084 Erfurt

„Spielend zusammenkommen - Nachbarschaft leicht gemacht!“

Veranstalter: MitMenschen Projekt ThINKA & Projekt FIT
Ansprechpartner: Torsten Löffler und Katrin Müller

Uhrzeit: 12:00 - 16:00 Uhr
Ort: Stadtteiltreff Berolina
Berliner Platz 11
99091 Erfurt



Anmeldung: ist nicht erforderlich,
bei Gruppen ab 7 Personen wird eine Anmeldung bis
08.10.2019 gewünscht
E-Mailadresse: fit@mmev.de
Telefonnr.: 0361/600 24 555

Kosten: für das Mittagessen 2€

Der Stadtteiltreff Berolina bietet ein breites Spektrum an Beratungs- und Informationsangeboten. Vielfältige offene Veranstaltungsangebote ergänzen unser Engagement im Stadtteil und bieten Raum für Begegnung und Austausch. Gemeinsam mit dem Projekt FIT- Förderung durch individuelle Therapie, welches intensive sozialpädagogische Betreuung sowie Ergo- und Arbeitstherapie bietet, möchten wir im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit einen gemeinsamen Nachmittag gestalten.



In der Zeit zwischen 12:00 und 13:30 Uhr gibt es die Möglichkeit, gemeinsam Mittag zu essen und sich kennenzulernen. Am Anschluss möchten wir mit verschiedenen Gesellschaftsspielen einen vergnüglichen Nachmittag bei Kaffee und Kuchen gestalten. Dieser bietet genügend Zeit und Raum für Erfahrungsaustausch und die Möglichkeit Angebote im Sozialraum zur sozialen, gesellschaftlichen und beruflichen Teilhabe kennenzulernen.

Informationsangebot

medizinisch-berufliche Rehabilitation

Veranstalter: Rehabilitation psychisch kranker Menschen (RPK) Erfurt
Ansprechpartner: Dominik Eckardt

Uhrzeit: 14:00 Uhr
Ort: RPK Erfurt
Bergstraße 32; 3.OG
99092 Erfurt



RPK
Rehabilitation psychisch
kranker Menschen

Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei

Eingebunden zu sein in die soziale Gemeinschaft ist ein wesentlicher Aspekt der Lebensqualität aller Menschen. Psychische Störungen haben aber stets Einfluss auf den ganzen Menschen: Die Symptome beeinflussen das Denken, das Fühlen und das Handeln einer Person und stellen in vielen Lebensbereichen eine Beeinträchtigung dar. Die Chance einer tatsächlichen Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ist deshalb mitunter erheblich eingeschränkt.

Die RPK Erfurt widmet sich im Schwerpunkt der Teilhabe am Arbeitsleben. Damit beschäftigen wir uns mit einem großen und wichtigen Teil des gesellschaftlichen Lebens aller. Wir begleiten Menschen mit psychischen Erkrankungen in ambulanten medizinisch-beruflichen Rehabilitationsmaßnahmen dabei, in Arbeit und Beschäftigung wieder Fuß fassen zu können.

Wir laden Sie zu einer Informationsveranstaltung über unsere Arbeit sowie über Zugangswege und Ziele der medizinisch-beruflichen Rehabilitation in der RPK Erfurt ein.



Dienstag, den 15.10.2019

„Wenn's der Seele dreckig geht ... Stell dir die richtigen Fragen“

Veranstalter: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Ansprechpartner: Christina Klauke und Rita Pregel

Uhrzeit: 10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Domplatz 1; 2.OG, Tagungsraum
99084 Erfurt



Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei

„Wenn's der Seele dreckig geht ... Stell dir die richtigen Fragen“ - Workshop
mit Christina Klauke und Rita Pregel

Tag der offenen Tür

Veranstalter: Trägerwerk Soziale Dienste in Thüringen GmbH/
Teilhabezentrum Erfurt Mitte TWSD und Teilhabezent-
rum Erfurt Nord TWSD

Uhrzeit: 10:00 - 14:00 Uhr
Ort: Teilhabezentrum Erfurt Mitte TWSD
Krämpferstraße 2-6
99084 Erfurt



Teilhabezentrum Erfurt Nord TWSD
Moskauer Platz 15
99091 Erfurt
Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei

Tag der offenen Tür (Flyer, Kaffee/Kuchen, Gesprächsbereitschaft)

Mitmachangebot

„Einsam? Herzlich Willkommen beim Brettspielertreff!“

Veranstalter: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
 Ansprechpartner: Christina Klauke

Uhrzeit: 13:00 -16:00 Uhr
 Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
 Domplatz 1; 2.OG, Tagungsraum
 99084 Erfurt
 Anmeldung: ist nicht erforderlich
 Kosten: kostenfrei



„Einsam? Herzlich Willkommen beim Brettspielertreff!“

Vortrag

Veranstalter: Kirchenkreis Erfurt
 Ansprechpartner: Martin Möslein

Uhrzeit: 14:00 Uhr
 Ort: Kirchenkreis Erfurt
 Martin-Luther-Haus (Luther-Eck)
 Blosenburgerstraße 19
 99096 Erfurt
 Anmeldung: ist nicht erforderlich
 Kosten: kostenfrei



Der Kirchenkreis Erfurt arbeitet in Erfurt aktiv für die Menschen dieser Stadt. Sie ist eine Gemeinschaft zu den Kirchengemeinden gehören. Neben der sehr umfangreichen Seelsorge in vielen Arbeitsbereichen gehören Kindergärten, Schulen und Altenheime und andere Einrichtungen zum Tätigkeitsfeld. Menschen in besonderen schwierigen Lebenslagen finden hier Rat und Verständnis.

„La Maladie du Démon - Die Krankheit der Dämonen“

Veranstalter: Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. (TLPE)

Ansprechpartner: Marion Sommer und Edith Handschuh

Uhrzeit: 14:00 Uhr

Ort: Kinoklub am Hirschlachufer
Hirschlachufer 1
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich

Kosten: kostenfrei



Dokumentarfilm 2018, Kinostart: 10. Oktober 2019, 82 min

Es geht um die schwierige Situation von Menschen mit psychischen Krankheiten und Epilepsie in Burkina Faso. Traditionell gelten Betroffene hier als Dämonen Besessene und erhalten selten fachgerechte Hilfe. Viele Menschen leben ausgegrenzt, eingesperrt oder angekettet am Rande der Gesellschaft. Pfarrer Guitanga und Krankenpfleger Tindano engagieren sich im Rahmen ihrer bescheidenen Möglichkeiten mutig entgegen dem Glauben einer ganzen Gesellschaft für medizinische Behandlung, Freiheit und Menschenwürde.

Infos und Trailer gibt es unter: www.la-maladie-du-demon.com

Der Film wurde für seine sensible Herangehensweise und seinen respektvollen Umgang mit dem Thema u.a. beim Snowdance Independent Film Festival als ‚Best Documentary‘ und der Filmschau Baden-Württemberg ausgezeichnet.

Anschließend findet eine Gesprächsrunde mit der Regisseurin Lilith Kugler und den Protagonisten Pfarrer Tankpari Guitanga statt.

Mittwoch, den 16.10.2019

Vortrag

„Flucht und Trauma - Psychosoziale Unterstützung von Geflüchteten in Thüringen“

Veranstalter: REFUGIO Thüringen
Ansprechpartner: Stephanie Treichel

Uhrzeit: 16:00 -18:00 Uhr
Ort: REFUGIO Thüringen
(Psychosoziale Zentrum für Flüchtlinge)
Schillerstraße 44
99096 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei



Mit der Veranstaltung möchte das REFUGIO Thüringen einen Einblick in ihre Arbeit und in ihre Räume geben.

Der Verein REFUGIO Thüringen e.V. ist an den Standorten in Jena und Erfurt aktiv.

Flüchtlinge erleben und erlebten unvorstellbares. Das PSZ ist Thüringenweit ein Beratungs- und Psychotherapiezentrum, welches insbesondere Traumatisierte und Überlebende von Folter, Krieg und sexualisierter Gewalt in verschiedenen Bereichen ihres Lebens begleitet.



Mittwoch, den 16.10.2019

Informationsabend

„Verrückt, na und“

Veranstalter: SiT - Suchthilfe in Thüringen GmbH/
Präventionszentrum und Gruppenangebot Jonathan
Ansprechpartner: Martin Lawrenz und Silke Nöller

Uhrzeit: 17:00 -18:00 Uhr
Ort: SiT - Suchthilfe in Thüringen GmbH
Präventionszentrum
Löberstraße 37
99096 Erfurt
Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei



Informationsabend zum Gruppenangebot Jonathan für Kinder aus suchtbelasteten Familien und zum Schulprojekt „Verrückt, na und“.

Zum Informationsabend werden alle Interessierten zum einen über das Gruppenangebot Jonathan, das für Kinder und Jugendliche da ist, in deren Familien eine Suchtproblematik besteht. Zum anderen wird über das Schulprojekt „Verrückt, na und“, das an Erfurter Schulen angeboten wird, berichtet. Es besteht Raum für Fragen und zum Austausch.

Vortrag „Burnout“

Veranstalter: Adventgemeinde Erfurt
Ansprechpartner: Verena Greim und Norbert Gelke

Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Adventgemeinde Erfurt
Walter-Gropius-Str.2
99085 Erfurt
Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei



Sonderveranstaltung der Erfurter Lebensschule im Rahmen der Reihe „Depressionen“ mit Austausch zum Thema „Burnout“

Mittwoch, den 16.10.2019

Mitmachangebot

Gruppenangebot Jonathan

Veranstalter: SiT - Suchthilfe in Thüringen GmbH/
Gruppenangebot Jonathan

Ansprechpartner: Martin Lawrenz

Uhrzeit: 10:00 -16:00 Uhr

Ort: SiT - Suchthilfe in Thüringen GmbH
Präventionszentrum
Löberstraße 37
99096 Erfurt



Anmeldung: eine Teilnahme ist nur nach Anmeldung möglich.
Interessierte Familien melden sich bitte unter:
Telefonnr.: 0361/60 20 867 oder
E-Mail: jonathan-erfurt@sit-online.org

Kosten: kostenfrei

Das Gruppenangebot Jonathan ist für Kinder im Alter von 6 bis 16 Jahren da, in deren Familien eine Suchtproblematik besteht. In den Ferien werden verschiedene Veranstaltungen für die Kinder und Jugendlichen angeboten. Im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit, aber auch darüber hinaus besteht für interessierte Kinder und Jugendliche die Möglichkeit an einem Schnuppertermin teilzunehmen.

Kreativangebot

Buchwerkstatt

Veranstalter: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt in Kooperation
mit der Malschule

Ansprechpartner: Christina Klauke

Uhrzeit: 10:00 -13:30 Uhr

Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Domplatz1; 2.OG, Tagungsraum
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich

Kosten: kostenfrei



Buchwerkstatt - kreative Auseinandersetzung mit Einsam- und
Gemeinsamkeit

„Von Jung bis Alt, miteinander füreinander kreativ“

Veranstalter: Trägerwerk Soziale Dienste in Thüringen GmbH/
Teilhabezentrum Erfurt Südost TWSD und der Grund-
schule 34 sowie der Tagesstätte der Volkssolidarität

Ansprechpartner: Kristin Schmidt

Uhrzeit: 10:00 -14:00 Uhr

Ort: Teilhabezentrum Erfurt Südost TWS
Tungerstraße 9
99099 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich

Kosten: kostenfrei



Trägerwerk
Soziale Dienste
Thüringen



Gemeinsame Veranstaltung:

„Von Jung bis Alt, miteinander füreinander kreativ“.



Donnerstag, den 17.10.2019

Vortrag mit Gesprächsrunde

Der „Andere Mensch“

Veranstalter: SinnGewinn
Ansprechpartner: Dr. Martina Ludwig

Uhrzeit: 15:00 -17:00 Uhr
Ort: Bürgerhaus unter den Kastanien
Röntgenstraße 28
99085 Erfurt
Räume der Ev. Kaufmannsgemeinde
(EG, unter der Frauentagesstätte)

Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei



Dr. Martina Ludwig hält ein Vortrag mit anschließender Gesprächsrunde über das Thema : Der „Andere Mensch“ und seine Möglichkeiten. Der Blick der Logotherapie (nach Viktor Frankl) auf seelische Gesundheit und Krankheit in der Gesellschaft.

Das Thema hat nichts mit Logopädie, Sprachheilkunde zu tun. Logotherapie ist eine psychologische Richtung, die grundsätzlich von menschlicher Gesundheit und Freiheit ausgeht. Menschen sehnen sich nach Sinn. In dieser Bedeutung wird hier "Logos" in Logotherapie verwendet. Sie können erkranken, wenn sie den Sinn ihres Lebens nicht mehr spüren. Die Logotherapie will Patient*innen und Klient*innen dazu verhelfen, ihren Lebenssinn zu erkennen oder wiederzufinden.

Frau Dr. Martina Ludwig ist Logotherapeutin/Existenzanalytikerin, Supervisorin (DGLE), Werte- und Organisationsberaterin, Kursleiterin Stressbewältigung.



Donnerstag, den 17.10.2019

Lesung mit Gesprächsrunde

„Vom Wert des Redens und Schreibens“

Veranstalter: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Ansprechpartner: Christina Klauke

Uhrzeit: 15:00 Uhr
Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Domplatz 1; 2.OG, Tagungsraum
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei



Die Freizeitautorin Rebekka Schmidt stellt ihren Text „Vom Wert des Redens und Schreibens“ mit anschließender Diskussionsrunde vor.

Lesung

„Als Mama nur noch traurig war“

Veranstalter: Trägerwerk Soziale Dienste in Thüringen GmbH/
Erfurter Seelensteine
Ansprechpartner: Marina Glöckner

Uhrzeit: 16:00 Uhr
Ort: Kinder- und Jugendbibliothek
Marktstraße 21
99084 Erfurt

Anmeldung: ist erforderlich,
Telefonnr.: 0361/66 03
Kosten: kostenfrei



Lesung mit Autorin Anja Möbest zum psychisch erkrankte Eltern
(Veranstaltung ist für betroffene Kinder).

Donnerstag, den 17.10.2019



Vortrag

„Psychisch gesund bleiben bei der Arbeit im Team“

Veranstalter: Rehabilitation psychisch kranker Menschen (RPK) Erfurt
Ansprechpartner: Vivien Richter

Uhrzeit: 17:00 Uhr
Ort: RPK Erfurt
Bergstraße 32; 4.OG
99092 Erfurt
Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei



RPK
Rehabilitation psychisch
kranker Menschen

Der Vortrag widmet sich dem Thema, wie Menschen in Arbeit psychisch gesund bleiben.

Hierbei sollen vor allem Faktoren beleuchtet werden, die das gemeinsame Arbeiten im Team betreffen. Welche positiven und negativen Auswirkungen können Arbeitskolleg*innen und das Klima im Unternehmen auf die eigene psychische Gesundheit haben? Wie können zwischenmenschliche Probleme geklärt oder gar verhindert werden? Was sollten Sie aus negativen Vorerfahrungen lernen? Wir freuen uns auf eine angeregte Diskussion, gern können Sie auch eigene Erlebnisse einbringen.

„Als Mama nur noch traurig war“

- Veranstalter:** Trägerwerk Soziale Dienste in Thüringen GmbH/
Erfurter Seelensteine
- Ansprechpartner:** Marina Glöckner
- Uhrzeit:** 17:00 Uhr
- Ort:** Kinder- und Jugendbibliothek
Marktstraße 21
99084 Erfurt
- Anmeldung:** ist erforderlich,
Telefonnr.: 0361/66 03 000
Kinderbetreuung während des Vortrages ist möglich
- Kosten:** kostenfrei



Vortrag zum Buch
„Als Mama nur noch traurig war“
von Anja Möbest (Veranstaltung ist für Erwachsene)



Dialog/Filmvorführung

„Suizid“

- Veranstalter:** Trägerwerk Soziale Dienste in Thüringen GmbH/
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle
- Ansprechpartner:** Anna Amstein
- Uhrzeit:** ab 18:00 Uhr
- Ort:** Teilhabezentrum Erfurt Südost TWSD
Tungerstraße 9
99099 Erfurt
- Anmeldung:** ist nicht erforderlich
- Kosten:** kostenfrei



Dialogische Veranstaltung mit Filmvorführung zum Thema „Suizid“.



Kreativangebot

Hobby-Markt

Veranstalter: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Ansprechpartner: Christina Klauke

Uhrzeit: 10:00 - 12:00 Uhr
Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Domplatz 1; 2.OG, Tagungsraum
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei



Hobby-Markt - Wer hilft beim Wiederentdecken interessanter Beschäftigungen wie Stricken, Häkeln, Basteln, Modellieren, Sammeln und mehr?

Offene Veranstaltung



„Tagtraumzeit - Nachdenkzeit - Lächelzeit“

Veranstalter: Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. (TLPE)

Ansprechpartner: Christine Theml

Uhrzeit: 13:00 - 14:00 Uhr

Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Domplatz 1; 2.OG, Tagungsraum
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich

Kosten: kostenfrei



Freitag, den 18.10.2019

Die Buchautorin Sibylle Prins verstarb am 14.07.2019 an den Folgen einer langen schweren Krankheit.

Sibylle Prins war für ihre kritischen, aber humorvollen Bücher bei den Psychiatrie-Erfahrenen sehr bekannt und beliebt.

Sie wurde leider nur 60 Jahre alt, wir werden sie sehr vermissen.

Unsere Mitbegründerin, „Christine Theml“, liest ihr zu Ehren einen Nachruf und im Anschluss aus ihrem Buch „Tagtraumzeit - Nachdenkzeit - Lächelzeit“.



Lesung

„ThuLPE“- Autoren lesen

Veranstalter: Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. (TLPE)

Ansprechpartner: Marion Sommer

Uhrzeit: 14:15 -16:00 Uhr

Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Domplatz 1; 2.OG, Tagungsraum
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich,

Kosten: kostenfrei



Die Autoren der Vereinszeitschrift ThuLPE stellen sich und ihre Werke vor.



Freitag, den 18.10.2019



Miteinander reden,

von Anfang an,

und im Gespräch bleiben,
macht vieles möglich.

Vortrag mit Gesprächsrunde

Konstruktiver Umgang mit Konflikten

Veranstalter: Praxis für Supervision, Coaching und Beratung
Ansprechpartner: Frank Truckenbrodt (Supervisor, Coach, Musiktherapeut)

Uhrzeit: 15:00 - 17:00 Uhr
Ort: Praxis für Supervision, Coaching und Beratung
Lange Brücke 33
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich,
Kosten: kostenfrei

Konflikte, Streit, Spannungen, akut oder langsam vor sich hin schwelend, können sehr belastend für die gesamte Lebenssituation sein. Ängste vor Niederlage und Verlust oder vor einer Eskalation des Konflikts kosten Kraft, lähmen die Energie und den Willen. Bald wird im beruflichen oder auch im privaten Bereich aus dem Miteinander ein Gegeneinander.

Ein Leben ohne Konflikte gibt es nicht, jedoch kann es gelingen, anstehende Probleme als Chance und als Aufforderung zu persönlicher Entwicklung willkommen zu heißen. So wird die erst hindernde oder sogar zerstörerische Energie eines Konflikts positive Veränderungen und Wachstum in Gang setzen und erstaunliches ermöglichen.

Freitag, den 18.10.2019



Ausstellung

„Die zweite Familie“

Veranstalter: Aktion Wandlungswelten Jena e.V - Betreutes Wohnen in Familien

Zeitraum: 08.10. - 20.12.2019
Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
 Domplatz 1
 Treppenhaus-Galerie
 99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich
Kosten: kostenfrei

Anmerkung: Vernissage am 08.10.2019 um 15:30 Uhr

„Die zweite Familie“ ist eine Fotodokumentation über psychisch kranke Menschen in Pflegefamilien.

Ausstellung der Aktion Wandlungswelten Jena e.V. - Betreutes Wohnen in Familien.



„Offenes Atelier – Freies Malen und Zeichnen“

- Veranstalter:** Volkshochschule Erfurt, Bereich Kunst, Kultur und Gestalten (Malschule)
- Dozenten:** Katrin Schollmeyer-Niebuhr und Andreas Jäckel
- Zeitraum:** 14.10. - 18.10.2019
- Uhrzeit:** 17:00 – 18:30 Uhr (jeweils)
- Ort:** Volkshochschule Erfurt
Schottenstraße 7
99084 Erfurt
- Anmeldung:** ist erforderlich, da die Teilnehmer **auf 8 Personen begrenzt** sind
Telefonnr.: 0361/655 29 73
E-Mail: malschule@erfurt.de
- Kosten:** kostenfrei



Möchten Sie einfach mal malen oder zeichnen - kreativ und intuitiv? Haben Sie Lust und Freude am freien Gestalten, ohne Vorgaben und ohne Anforderung an das künstlerische Produkt? Sie möchten sich einfachmal im Reich von Bleistift, Farben & co auszuprobieren?

Der Anfang liegt aber immer im ersten Schritt und diesen einfach zu wagen! Wir werden ganz individuell in verschiedene Techniken der Malerei und Grafik eintauchen und Ihnen die nötige Begleitung dabei geben. Im engen Austausch mit den Dozenten nähert sich jeder Teilnehmer seinem eigenen Bildthema. Ziel ist es, gemeinsam, Schritt für Schritt, zu einer eigenen bildnerischen Gestaltung und Handschrift zu gelangen.

"Kunst wäscht den Staub von der Seele." (Pablo Picasso)

Das offene Atelier für Jung und Alt ist ein frei gestaltbares einwöchiges Kursangebot, in dem Sie Ihre kreative Ader entdecken können und ihr freien Lauf lassen können. Wir möchten Sie einladen, Ihr Vertrauen in die eigene Fähigkeit zu wecken, mit Lust und Freude Ihre Kreativität zu entdecken und zu einem schöpferischen Erlebnis werden zu lassen. Die Ateliers der Volkshochschule/ der Erfurter Malschule bieten eine angenehme Atmosphäre und den Rahmen für das zugleich einsame und gemeinsame Schaffen. Wir freuen uns auf farbenfrohe Zeiten mit Ihnen!

Anmerkung

Bitte beachten Sie, dass es sich hierbei um einen Kurs handelt, der die ganze Aktionswoche angeboten wird - ein späterer Einstieg in die Gruppe oder die Belegung von Einzelterminen ist nicht möglich.



Kreativangebot

Wohlfühlbereich

Veranstalter: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt

Zeitraum: 14.10. - 18.10.2019

Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt
Domplatz 1
Erdgeschoss, Caféthek
99084 Erfurt

Anmeldung: ist nicht erforderlich

Kosten: kostenfrei

Wohlfühlbereich mit Angeboten wie Zentangle, Ausmalen, Labyrinth, Mandalas etc. und gesunden Getränken.

Platz für eigene Gedanken



Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt

Domplatz 1
99084 Erfurt
Frau Klauke
Tel.: 0361 655-1545
Mail: bibliothek@erfurt.de



Angehörige und Freund psychisch Kranker Erfurt und Umgebung e.V. (AFpK)

Karl-Marx-Platz 2
99084 Erfurt
Frau Hohmann
Tel.: 0361 230-07-088
Mail: info@afpk-erfurt.de



Erfurt Malschule

Volkshochschule Erfurt, Bereich Kunst, Kultur und Gestalten
Schottenstraße 7
99084 Erfurt
Herr Jäckel
Tel.: 0361 655-2973
Mail: malschule@erfurt.de



MitMenschen e.V.

Projekt ThINKA & Projekt FIT
Lüneburger Straße 3
99085 Erfurt
Frau Katrin Müller
Tel.: 0361 600-24-555
Mail: katmueller@mmev.de



Präventionszentrum Impuls der Suchthilfe in Thüringen (SiT)

Löberstraße 37
99096 Erfurt
Frau Nöller
Tel.: 0361 212-8080
Mail: praeventionszentrum@sit-online.org



Kinder- und Jugendbibliothek Erfurt

Marktstraße 21
99084 Erfurt
Frau Klauke
Tel.: 0361 655-1545
Mail: bibliothek@erfurt.de



Suchthilfe in Thüringen GmbH (SiT)

Liebknechtstr. 19
99085 Erfurt
Tel.: 0361 566-7857
Mail: psbs-erfurt@sit-online.org



Trägerwerk Soziale Dienste in Thüringen GmbH

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle
Tungerstraße 9
99099 Erfurt
Tel.: 0361 653-90-162
Mail: beratungsstelle.info@twsd-tt.de



Kinoklub am Hirschlachufer

Hirschlachufer 1
99084 Erfurt
Tel.: 0361 642-2194



Kirchenkreis Erfurt

Allerheiligenstraße 15
99084 Erfurt
Tel.: 0361 550-7611
Mail: info@evangelischer-kirchenkreis-erfurt.de

 <p>Adventgemeinde Erfurt Walter-Gropius-Straße 2 99085 Erfurt Tel.: 0361 349-48-088 Mail: bmv@adventisten.de</p>	 <p>REFUGIO Thüringen Schillerstraße 44 99096 Erfurt Tel.: 0361 6026-8079 Mail: pszf-erfurt@refugio-thueringen.de</p>
 <p>RPK Rehabilitation psychisch kranker Menschen</p> <p>Rehabilitation psychisch kranker Menschen Erfurt (RPK Erfurt) Bergstraße 2 99092 Erfurt Tel.: 0361 211-7988-0 Mail: info@rpk-erfurt.de</p>	 <p>Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. (TLPE) Ammertalweg 7 99086 Erfurt Herr Petter Tel.: 0361 265-8433 Mail: buero@tlpe.d</p>
 <p>SinnGewinn Altonaer Straße 1 99085 Erfurt Dr. Martina Ludwig Tel.: 0361 789-1805 Mail: beginn@sinnGewinn.de</p>	 <p>Erfurter Seelensteine Färberwaidweg 1 99097 Erfurt Frau Borrmann Tel.: 0361 660-3000 Mail: seelensteine@twsd-tt.de</p>
 <p>Volkssolidarität Huttenstraße 2-3 99084 Erfurt Tel.: 0361 65-477-0 Mail: thueringen-ggmbh@volkssolidaritaet.de</p>	 <p>Aktion Wandlungswelten Jena e.V. Schenkstraße 21 07749 Jena Tel.: 03641 3102-0 Mail: info@aww-jena.de</p>
<p>Frank Truckenbrodt Coaching - Supervision - Musiktherapie Lange Brücke 33 99084 Erfurt Tel.: 0361 5628-809 Mail: franktruckenbrodt@web.de</p>	

Impressum

Herausgeber

Landeshauptstadt Erfurt
Stadtverwaltung

Redaktion

Amt für Soziales und Gesundheit
Koordinationsstelle für seelische Gesundheit und Suchtprävention und
Kordinierungsstelle für Psychiatrie und Sucht

E-Mail: psychiatrie-suchtkrankenhilfe@erfurt.de

Internet: www.erfurt.de

Stand: 12.09.2019

Angaben ohne Gewähr

Cover: © Balint Sebestyen / 123RF.com

Diese Broschüre wurde auf umweltfreundlichem Papier gedruckt. 70 % PEFC DC-COC-001015

