

# **Erfurter Woche der seelischen Gesundheit**



**vom 09.10.2017 bis 13.10.2017**

**Sehr geehrte Bürgerinnen, sehr geehrte Bürger,**

die Bedeutung seelischen Wohlbefindens drängt in den letzten Jahren zunehmend ins öffentliche Bewusstsein, nicht zuletzt auch durch die Vielfalt an alternativen und ergänzenden Behandlungsansätzen zur traditionellen Schulmedizin. Mit der Erfurter Woche zur seelischen Gesundheit 2017 wird dieser Thematik in der Hauptstadt Thüringens erstmalig größere Aufmerksamkeit gewidmet.

Diese Aktionswoche findet als Teil einer bundesweiten Kampagne statt, die jedes Jahr rund um den internationalen Tag der seelischen Gesundheit am 10. Oktober in rund 50 Regionen und Städten mit über 800 Veranstaltungen viele Interessierte erreicht. Die Besucher erwartet ein vielfältiges Programm aus Vorträgen, Workshops,

Schnupperstunden, Filmen, Lesungen, sowie fachspezifischen Diskussions- und Austauschmöglichkeiten. Jeder Aktionstag steht unter einem thematischen Schwerpunkt, der in der vorliegenden Publikation jeweils kurz erläutert wird.

Bitte beachten Sie auch, dass die Teilnehmerzahl einiger Veranstaltungen begrenzt bleiben muss und dass es zu kurzfristigen Programmänderungen kommen kann.

Weitere Auskünfte unter:

Telefon: 0361 / 655-4203 sowie

E-Mail-Adresse: [psychiatrie-suchtkrankenhilfe@erfurt.de](mailto:psychiatrie-suchtkrankenhilfe@erfurt.de)

Ausführliche Informationen zu den bundesweiten Aktionstagen unter  
<https://aktionswoche.seelischegesundheits.net>

Wir wünschen Ihnen eine interessante, spannende und hilfreiche Woche!

Jette Kintscher und Patrick Jung  
Amt für Soziales und Gesundheit  
Koordinationsstelle für Psychiatrie, Sucht und Prävention

Montag 09.10.2017

Yoga Schnupperstunde 15:30 – 16:30 Uhr

Haus der sozialen Dienste, blauer Salon Juri-Gagarin-Ring 150  
Teilnehmerzahl: 15 – 20 Personen kostenfrei und ohne Anmeldung.

Workshop: Stressmanagement 16:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Benediktsplatz 1, Eingang Alte Stadtmünze  
Teilnehmerzahl: 10 – 15 Personen kostenfrei und ohne Anmeldung.

Ayurveda und seelische Gesundheit 17:00 -18:30 Uhr

Benediktsplatz 1, Eingang Alte Stadtmünze  
Teilnehmerzahl: 15 – 20 Personen

Qi Gong Schnupperstunde 19:00 – 20:00 Uhr

Benediktsplatz 1, Eingang Alte Stadtmünze  
Teilnehmerzahl: 10 – 15 Personen kostenfrei und ohne Anmeldung.

Dienstag 10.10.2017

### Aktionstag zur Selbsthilfe 10:00 – 16:30 Uhr Veranstaltungsort: Anger

Die Erfurter Helfelandschaft ist ohne das tatkräftige Engagement vieler ehrenamtlich Tätiger in der Selbsthilfe nicht denkbar. Zum Aktionstag zur Selbsthilfe laden unterschiedliche Gruppen von Selbsterfahrenen und Angehörigen auf dem Anger zu den Themen Depression, Demenz, Psychosen, illegale Drogen und Alkohol zum Kennenlernen ein.

### „Tour de Psychiatrie: Teil I“ 09:30 – 12:00 Uhr

Tagesstätte Christophoruswerk Erfurt,  
Helios Klinikum Erfurt,  
Drogenhilfe Knackpunkt  
Teilnehmerzahl: maximal 12 Personen Die Tour ist kostenfrei und ohne Anmeldung  
Abfahrt: Shuttlebus am Brunnen vor dem Anger 1

### Tag der offenen Tür: Tagesstätte Christophoruswerk Erfurt 10:00 – 15:00 Uhr

Moskauer Straße 114  
Tagesstätten für Menschen mit einer psychischen Erkrankung Das Christophoruswerk  
Erfurt öffnet Neugierigen seine Türen und stellt die Inhalte und Angebote der Tagesstätte vor.

### Tag der offenen Tür: Suchthilfezentrum der Ev. Stadtmission 10:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Nordhäuser Straße 82, Haus 34a (Gelände Helios Klinikum) Eingang  
Baumerstraße  
Der Tag der offenen Tür im Suchthilfezentrum der Evangelischen Stadtmission Filmtipps 10:00 Uhr und 14:00 Uhr: „Morgen hör ich auf“- Die bewegende Geschichte einer Alkoholiker-Karriere von Eddi Cornwell (65 min).  
11:45 Uhr und 15:45 Uhr: „Vielen Dank für das Gespräch“ – Die Abenteuer von Harry und seinem Monster (Kurzfilm 5 min).

### „Tour de Psychiatrie“: Teil II 14:00 – 16:30 Uhr

Veranstaltungsorte: Teilhabezentrum Südost,  
Katholisches Krankenhaus St. Nepomuk, Suchthilfezentrum S 13 Caritas  
Teilnehmerzahl: maximal 12 Personen Die Tour ist kostenfrei und ohne Anmeldung.  
Abfahrt: Shuttlebus am Brunnen vor dem Anger 1

### Vortrag: Yoga für eine starke Seele 18:00 – 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: Benediktsplatz 1, Eingang Alte Stadtmünze  
Teilnehmerzahl: 10 – 15 Personen kostenfrei und ohne Anmeldung.

Mittwoch 11.10.2017

Die Waldmedizin: Warum fühlen wir uns nach einem Spaziergang im Wald so wohl? 10:00 – 13:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz am Thüringer Innenministerium  
(Einstieg Hopfengrund am Steiger) Teilnehmerzahl: maximal 20 Personen  
Diese Veranstaltung ist kostenfrei und erfolgt ohne Anmeldung.

Stadtteilaktion: „Ab ins (Hoch) Beet: Gärtnern hier, für mein Quartier.“  
13:00 – 15:00 Uhr

Teilhabezentrum Südost, Tungerstraße 9  
Teilnehmerzahl: unbegrenzt kostenfrei und ohne Anmeldung

Vortrag: Therapeutische Effekte beim Einsatz alternativer Mittel wie Kunst und Naturheilkunde 11:00 – 12:00 Uhr / 16:00 – 17:00 Uhr

Veranstaltungsort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt Domplatz 1, Tagungsraum 2.  
OG Teilnehmerzahl: maximal 50 Personen  
Diese Veranstaltung ist kostenfrei und erfolgt ohne Anmeldung.

Lesung: Gedichte und Texte über seelische Krisen 14:00 – 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt  
Domplatz 1, Tagungsraum 2. OG  
Teilnehmerzahl: maximal 50 Personen kostenfrei und ohne Anmeldung.

Konzert der A-Cappella-Gruppe „BioTon“ für Kinder aus psychisch belasteten Familien 19:30 – 21:00 Uhr

Veranstaltungsort: Lorenzkirche St. Lorenz Pils 30  
Teilnehmerzahl: maximal 200 Personen  
Die Veranstaltung ist kostenfrei und erfolgt ohne Anmeldung. Spenden an die Band sind ausdrücklich erwünscht und kommen einem wohltätigen Zweck zugute.

Donnerstag 12.10.2017

## „Wie geht’s?“ – Eine Wanderausstellung zum Thema seelische Gesundheit. 10:00 – 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt Domplatz 1

„Wie geht’s?“ ist eine Wanderausstellung zur seelischen Gesundheit, die aus 10 selbststehenden Bannern zu folgenden Themen einlädt:

- Anderssein! Muss ich mir deshalb Sorgen machen?
- Psychosen und Drogen – Wenn der Körper nervt – Gelähmt vor Angst
- Mobbing in der Schule – Was Dich stark macht – Sprechende Wunden. Sich selbst verletzen – Kein Land in Sicht: Suizid – Alkohol: Filmriss
- ...zu Tode betrübt: Depression

„Wie geht’s?“ richtet sich an Jugendliche, Lehrer, Eltern und andere Menschen, die sich für Heranwachsende engagieren.

Diese Veranstaltung ist kostenfrei und erfolgt ohne Anmeldung.

## Das Schulprojekt „Verrückt? Na und!“ stellt sich vor. 10:00 – 16:00 Uhr

Veranstaltungsort: Stadt- und Regionalbibliothek Domplatz 1

„Verrückt? Na und!“ ist ein ungewöhnliches Schulprojekt zur Prävention und lädt junge Menschen ab der 8. Klasse und ihre Lehrer zu einem offenen Austausch über große und kleine Fragen zur seelischen Gesundheit ein. Es macht Schülern Mut, Probleme gemeinsam mit anderen besser zu bewältigen.

## Seelische Gesundheit im literarischen Kontext 10:00 – 12:00 Uhr und 13:00 – 15:00 Uhr

Veranstaltungsort: Stadt- und Regionalbibliothek Erfurt Domplatz 1

Besondere Literatur aus den Gebieten Medizin, Psychologie und Ethik sowie Belletristik (Romane und Biografen) wird vorgestellt und mit den Besuchern diskutiert. Die Themen reichen von Depressionen über Suizid, Zwang, Sucht bis zu Demenz. Empfehlende

Literaturlisten und ein Medientisch mit ausleihbereiten Büchern, Filmen und Hörbüchern ergänzen diese Veranstaltungen. Veranstaltung kostenfrei und ohne Anmeldung.

## Was sagen psychologische Tests über uns aus? 10:00 – 12:00 Uhr und 13:00 – 15:00 Uhr

Veranstaltungsort: Stadt- und Regionalbibliothek Domplatz 1, Tagungsraum 2. OG

Junge Psychologen stellen wissenschaftlich erprobte Tests zu verschiedenen Themen vor.

Diese Veranstaltung ist kostenfrei und erfolgt ohne Anmeldung.

## 15 Jahre Psychosegespräche (Erfurter Gespräche zur seelischen Gesundheit) 18:00 – 19:30 Uhr

Veranstaltungsort: Benediktusplatz 1, Eingang Alte Stadtmünze

Im ursprünglichen Format starteten die Gespräche in Erfurt im Jahr 2002 unter dem bundesweit verbreiteten Titel „Psychosegespräche“. Die Idee: Psychiatrie-Erfahrene, Angehörige und professionelle Helfer, wie Sozialarbeiter, Psychologen oder auch Ärzte haben die Möglichkeit, jenseits des oft belasteten Arbeitsalltages in einen ungezwungenen Austausch miteinander zu kommen. kostenfrei und ohne Anmeldung.

Der Film steht im Mittelpunkt am Ende der Erfurter Woche zur seelischen Gesundheit.

Der Tag beginnt im Kinoklub Am Hirschlachufer: Hier wird neben einem dokumentarischen Film und autobiographischen Psycho-Drama die Verflung eines prämierten Kinder- und Bilderbuches gezeigt. Die Abschlussveranstaltung beginnt mit einem „Tatort“ und lädt zum gemütlichen Ausklang der Woche ein.

**Kinotag im Kinoklub Am Hirschlachufer 09:30 -16:30 Uhr**

Veranstaltungsort: Kinoklub am Hirschlachufer 1

Weitere Informationen zum Programm unter: [www.kinoklub-erfurt.de](http://www.kinoklub-erfurt.de)

**Abschlussveranstaltung**

ab 19:30 Uhr Veranstaltungsort: Weinatelier Rue Kleine Arche 1

**Das Programmheft zum Download gibt es hier:**

 [DOWNLOAD \(6,2 MiB\)](#)

weitere Informationen und Änderungen finden Sie unter folgendem Link:  
<http://www.erfurt.de/ef/de/erleben/veranstaltungen/vst/2017/127397.html>

