

Di. 07.05.2019 · 14:00 – 17:00 Uhr

## ALKOHOLSUCHT

Alle sieben Minuten stirbt in Deutschland ein Mensch an den Folgen seines Alkoholkonsums. Wie es dazu kommt, was dagegen unternommen wird und worauf jeder Mensch selbst achten sollte, wird an diesem Nachmittag erörtert.

- **Dipl.-Soz.päd. Günther Engel** · Suchttherapeut, Leitung Suchtberatung der Caritas
- **Dipl.-Päd. Stefan Boos** · Sozialprojekte Franken

Do. 16.05.2019 · 14:00 – 17:00 Uhr

## SCHULANGST/SCHULSTRESS

Schule kann Stress machen und Angst auslösen. Wenn die Angst zu stark wird, führt das zu Vermeidung. Ein Teufelskreis... Wir geben Informationen und Anregungen aus medizinischer und psychologischer Perspektive.

- **Eveline Kraus-Kinsky** · Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin, Leitung Schulärztlicher Dienst Stadt Fürth
- **Dipl.-Psych. Agnes Mehl** · Leitung Erziehungsberatungsstelle Stadt Fürth

Do. 23.05.2019 · 13:00 – 16:00 Uhr

Raum U111, Sozialrathaus  
Königsplatz 2, 90762 Fürth

**FORTBILDUNG**  
nur für Fachkräfte mit  
vorheriger Anmeldung  
(max. 30 Plätze)

## DEESKALATION

Wie sollte man verbal und körpersprachlich auftreten, um Selbstbewusstsein zu demonstrieren? Welche Verteidigungsinstrumente (wie beispielsweise Pfefferspray) sind erlaubt und wie werden sie richtig eingesetzt? Mit welchen einfachen Abwehr- und Schlagtechniken kann man sich schützen?

**Rudi Scharrer** · Polizeihauptkommissar, Kriminalfachdezernat 3 - Prävention und Opferschutz

Anmeldung bis spätestens 09.05.2019 unter:  
[info@gottlein.de](mailto:info@gottlein.de)



## PRÄVENTIONS-GESPRÄCHE

Kulturforum Fürth · Würzburger Str. 2 · 90762 Fürth  
Anfahrt Kulturforum · U-Bahn U 1, Haltestelle Stadthalle



MIT FREUNDLICHER  
UNTERSTÜTZUNG  
DER TECHNIKER KRANKENKASSE

V.i.S.d.P:  
Eva Göttlein, Geschäftsstellenleitung  
Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Stadt Fürth

Fachreihe  
Seelische  
Gesundheit

## PRÄVENTIONS-GESPRÄCHE

25. Februar  
bis 23. Mai 2019

Kulturforum Fürth  
Kleiner Saal

Eintritt  
frei

Gestaltung: [www.murohn.de](http://www.murohn.de)



## Grußwort des Oberbürgermeisters Dr. Thomas Jung



Photo: Sebastian Müller

Noch viel zu oft wird „Gesundheit“ oder „gesund sein“ gleichgesetzt mit dem Fehlen körperlicher Krankheiten. Doch auch die Seele kann leiden und krank sein. Immer noch wird zu wenig über seelische Erkrankungen und die Präventionsmöglichkeiten gesprochen. Daher ist es umso wichtiger, dass sich drei Fachstellen – die Gesundheitsregion<sup>plus</sup> der Stadt, der Sozialpsychiatrische Dienst des Bezirks sowie die Erziehungsberatungsstelle der Stadt – zusammengeschlossen haben, um in der achteiligen Fachreihe Seelische Gesundheit – Präventionsgespräche genau hier aktiv zu werden.

Da das Thema jede und jeden angeht, und auch treffen kann, sind nicht nur Fachkräfte zu den kostenlosen einzelnen Veranstaltungen eingeladen, sondern auch alle interessierten Bürgerinnen und Bürger. Denn die Facetten der seelischen Gesundheit sind breit gefächert und gehen von Traumata über Depressionen und Achtsamkeit bis hin zur Sucht – und zwar sowohl bei Erwachsenen als auch Kindern. All diese Aspekte greift die Reihe mit namhaften Referenten und einem Mix aus Praxis und Theorie sowie der Möglichkeit, sich im Anschluss auszutauschen und zu diskutieren, auf.

Mein Dank gilt an dieser Stelle den Organisatoren, allen Teilnehmenden wünsche ich „gesunde“ Erkenntnisse. Ihr

Dr. Thomas Jung

## Grußwort des Bezirkstagspräsidenten Armin Kroder



Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Bürgerinnen und Bürger, ob im privaten Bereich oder im Arbeitsleben, der Umgang mit psychischen Erkrankungen ist meist von Unsicherheit geprägt. Häufig wird über seelische Belastungen nur hinter vorgehaltener Hand gesprochen. Öffentliche Aufklärungsarbeit und Prävention ist eine wichtige Aufgabe des Bezirks Mittelfranken. Nutzen Sie unser Veranstaltungsangebot der Fachreihe Seelische Gesundheit – Ihr Kommen lohnt sich. Denn wer Unsicherheiten abbauen will, braucht Mut, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen. Lassen Sie uns gemeinsam mutig sein und tauschen Sie sich mit Experten aus Theorie und Praxis aus.

Ich bin mir sicher, dass uns die Veranstaltungen neue Erkenntnisse eröffnen werden.

Ihr  
Armin Kroder

## Fachreihe Seelische Gesundheit

### PRÄ- VENTIONS- GESPRÄCHE

Mit der 8-teiligen Fachreihe Seelische Gesundheit – Präventionsgespräche möchten wir auf verschiedene Facetten der seelischen Gesundheit aufmerksam machen.

Wir wollen Maßnahmen und Möglichkeiten aufzeigen, um präventiv mit seelischen Erkrankungen und gesundheits-schädlichen Einflüssen umzugehen.

Die Veranstaltungen finden immer im Tandem von Theorie und Praxis statt, jeweils mit mehreren fachlich hochqualifizierten Referentinnen und Referenten. Die Fachreihe richtet sich sowohl an interessierte Bürgerinnen und Bürger, als auch an Fachkräfte, die sich über die einzelnen Themen informieren möchten. Im Anschluss an jede Veranstaltung gibt es die Möglichkeit, zu Austausch und Diskussion. Außerdem werden Tipps und Empfehlungen für präventive Angebote einzelner Einrichtungen gegeben.

Die Veranstaltungen sind kostenlos.

Mo. 25.02.2019 · 14:00 – 17:00 Uhr

### TRAUMA BEI ERWACHSENEN

Was versteht man unter Trauma und was genau geschieht im traumatischen Erleben auf physiologischer und hirnpfysiologischer Ebene? Was ist eine posttraumatische Belastungsstörung und was können mögliche Traumafolgestörungen sein?

- **Gabriele Klix-van Drunen** · Kinder- und Jugendlichen-psychotherapeutin, Traumatherapeutin, Leitung Brücke TraumaFachberatung
- **Dipl.-Psych. Erwin Sachs** · Brücke TraumaFachberatung

Di. 12.03.2019 · 14:00 – 17:00 Uhr

### DEPRESSION

Depression kann jeden treffen, Depression hat viele Gesichter, Depression ist behandelbar.

- **Dr. med. Christiane Stöbel** · Oberärztin der Frankenalb-Klinik Engelthal
- **Dipl.-Soz.päd. Anton Berndl** · Leitung Sozialpsychiatrischer Dienst Mittelfranken

Do. 21.03.2019 · 14:00 – 17:00 Uhr

### ACHTSAMKEIT

Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR) ist eine praktizierbare und lehrbare Form, die weltweit bereits großen Anklang gefunden hat. Die Veranstaltung stellt in Theorie und Praxis die Essenz dieses Trainings vor und zeigt Anwendungsmöglichkeiten in der Schule auf.

- **Dr. med. Ulrike Rottenberger** · Allgemeinmedizinerin und zertifizierte MBSR-Lehrerin
- **StD Friederike Rau-Kieß,**
- **StD Jürgen Herrmann** · Helene-Lange-Gymnasium Fürth

Do. 11.04.2019 · 14:00 – 17:00 Uhr

### KRISE

Menschen haben Krisen. Was hilft in seelischen Notlagen und Ausnahmesituationen? An wen kann man sich wenden? Was gibt es für Selbsthilfestrategien?

- **Dr. med. Manuel Rupp** · Psychiater aus Basel
- **Ralf Bohnert** · Leitung Krisendienst Mittelfranken

Di. 30.04.2019 · 14:00 – 17:00 Uhr

### TRAUMA BEI KINDERN

Traumatische Erfahrungen in der Kindheit sind häufig. Unter welchen Bedingungen können sie integriert werden – und unter welchen nicht, und welche Folgen ergeben sich daraus?

- **Dipl.-Psych. Dorothea Weinberg** · Psychologische Psychotherapeutin, Leitung Weinberg Institut Nürnberg/Dresden
- **Dipl.-Psych. (Univ.) Elfriede Lutz** · Psychologischer Fachdienst KJHZ