

# TAG DER SEELISCHEN GESUNDHEIT

30. SEPTEMBER 2023  
10:00 – 16:00 UHR

VOLKSHOCHSCHULE  
LUDWIGSHAFEN  
BÜRGERHOF  
67059 LUDWIGSHAFEN

STADT FRANKENTHAL

RHEIN-PALEZ-KREIS

STADT LUDWIGSHAFEN / RHEIN

**10:00 Uhr** Musikalischer Auftakt

**10:15 Uhr** Vortrag:  
**Warum ist Empowerment wichtig?**  
Unterstützung von Menschen mit  
psychischen Erkrankungen

**11:00 Uhr** Vortrag:  
**Depression durch Arbeit?**  
Belastungsfaktoren und Ursachen

**Ab 13:00 Uhr**  
**Bunter Nachmittag**  
Kreativ-, Bewegungs-,  
und Mitmachangebote

**Ganztägig**  
**Kreativangebot** der Tages-  
stätte des Fördervereins  
für die Nachsorge und  
Rehabilitation psychisch  
Kranker e.V., Frankenthal



Informationen zum Programm unter

**WWW.WOCHE-DER-SEELISCHEN-GESUNDHEIT.DE**

# Voll die Krise? – nicht mit mir!

Auch wenn die Zeiten der Pandemie überwunden scheinen, beschäftigen uns weiterhin Krisen aller Art. Die Städte Ludwigshafen, Frankenthal und der Rhein-Pfalz-Kreis informieren gemeinsam mit vielen Kooperationspartner\*innen, wie es gelingen kann, seelisch stabil durch schwierige Zeiten zu kommen. Im Mittelpunkt steht dabei das Motto **die Kunst, gesund zu sein!**

## 10.00 Uhr Musikalischer Auftakt

Eröffnung: Beate Steeg, Beigeordnete der Stadt Ludwigshafen am Rhein

## 10.15 Uhr Vortrag: „Warum ist Empowerment wichtig?“

Maria del Mar Gahn, Genesungsbegleiterin

Empowerment zielt darauf ab, Menschen darin zu unterstützen, ihr Leben trotz einer psychischen Erkrankung wieder selbst gestalten zu können. Genesungsbegleiter\*innen tragen durch ihre Arbeit dazu bei, Bedingungen hierfür zu schaffen, die es Betroffenen ermöglichen, ein eigenverantwortliches und selbstbestimmtes Leben zu führen. Maria del Mar Gahn stellt in ihrem Vortrag die Sichtweise einer betroffenen Person in den Mittelpunkt.

## 11.00 Uhr Vortrag: „Depression durch Arbeit?“

Stephan Weiland, Ärztlicher Leiter Wichern.RPK  
Rehabilitationszentrum für psychisch kranke Menschen

Der Vortrag setzt die Arbeitswelt ins Verhältnis zu anderen grundsätzlichen Lebens-themen. Es werden Belastungsfaktoren aufgezeigt, die für die Entstehung von Depressionen bedeutsam sind. Denn es gibt nie nur die eine Ursache für die Entstehung seelischer Erkrankungen.

## 12.00 Uhr – 13.00 Uhr Mittagspause mit Musik

### Rahmenprogramm:

- Informationsstände zu Beratungs- und Unterstützungsangeboten
- Ganztägig zum Mitmachen: Kreativangebot der Tagesstätte des Fördervereins für die Nachsorge und Rehabilitation psychisch Kranker e.V., Frankenthal
- Ab 13.00 Uhr Bunter Nachmittag mit Kreativ-, Bewegungs-, und Mitmachangeboten sowie Informationen zu unterschiedlichen Themen: Kreatives Gestalten, Tango-Schnupperkurs, Achtsamkeits- und Entspannungsangebote, Informationen zu Mental health first Aid (MHFA), Dialoggespräche

### Moderation: *Andrea Hilbert*

Koordinatorin für Gemeindepsychiatrie der Stadt Ludwigshafen am Rhein

**Der Eintritt ist frei.**

### Die Woche der Seelischen Gesundheit wird unterstützt von:

Sparkasse Vorderpfalz, Sparkasse Rhein-Haardt, AOK Die Gesundheitskasse und Printart.

