Unsere psychische Gesundheit ist ein großer Schatz. Geht dieser Schatz verloren, kann das weit reichende Folgen haben. Daher sollte dieser Schatz von jedem Menschen als etwas sehr Wertvolles behütet werden. Aber wie kann man das schaffen?

Die Fluss-Metapher des amerikanischen Mediziners Aaron Antonovski zeigt das bildhaft:

Jeder Mensch schwimmt im Fluss des Lebens. Im manchen Flussabschnitten fließt es ruhig dahin. In anderen Abschnitten lauern Gefahren wie Strom-schnellen, Steine, gefährliche Wasserlebewesen, Äste von Bäumen, die am Ufer stehen, Wasserfälle usw.

Die pathogenetische Medizin versucht, den Ertrinkenden aus dem Fluss zu retten. Zunehmende Bedeutung erlangt die salutogenetische Medizin, die versucht, aus dem Menschen einen guten Schwimmer zu machen.

Demnach ist es wichtiger danach zu fragen, wie man im Strom des Lebens gesund bleiben kann trotz mitunter widriger Umstände.

Die Antwort auf die Frage, wie das gelingt, hat einerseits mit Prävention zu tun und andererseits damit, die Zusammenhänge zwischen Körper, Geist und Seele zu verstehen. Deshalb widmet sich der Nordhäuser Tag der seelischen Gesundheit diesen Themen.

Nordhausen am Harz

SÜDHARZKLINIKUM

EINLADUNG

21. Oktober 2015

16.30 – 18.45 Uhr
Petersbergschule Nordhausen

2. Nordhäuser Tag der seelischen Gesundheit

WOCHE DER SEELISCHEN GESUNDHEIT

Sehr geehrte Damen, sehr geehrte Herren,
liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

wir laden Sie herzlich zum

2. Nordhäuser Tag der seelischen Gesundheit

in die Petersbergschule ein.
Das Programm ist dieses Jahr zweigeteilt. Zunächst wird Herr Dr. Kroll, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Asklepios Fachklinikum Stadtroda, über den Bedarf und die Förder-maßnahmen, die Kinder in den unterschiedlichsten Entwicklungsschritten benötigen, vortragen und über verschiedene Aspekte der Pädagogik und Psychiatrie sprechen. Herr Dr. Kroll ist u.a. der ärztliche Leiter des Schulprojekts „Verrückt? Na und!", das das Ziel verfolgt, dass sich Schüler mit Erfahrungen und Vorstellungen zum Thema seelische Gesundheit auseinander setzen und im Team Toleranz entwickeln können. Dieser Workshop wurde schon vielfach von Schulen in Nordhausen genutzt.
Im zweiten Teil der Veranstaltung geht um die Belange der Erwachsenen und welche Methoden es gibt, um mit Belastungen und Stressoren umzugehen bzw. um Möglichkeiten, wie man präventiv etwas für seine seelische Gesundheit tun kann.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und eine lebhafte Diskussion und geben Ihnen gerne Gelegenheit, auch Ihre Erfahrungen einzubringen.

Sabine Schröder
Prof. Dr. med. P. Heiser

Programm

16:30 Uhr
Eröffnung und Begrüßung im Atrium
Sabine Schröder und Prof. Dr. Philip Heiser

16:35 Uhr
Hauptvortrag
Dr. Michael Kroll, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Asklepios Fachklinikum Stadtroda
Was Kinder brauchen!!!

Pause

Sie können zu geringen Kosten einen kleinen, leckeren und gesunden Imbiss im Atrium der Schule einnehmen

17:45 Uhr
Workshops

18:45 Uhr
Verabschiedung

Begleitprogramm:

Ausstellung zum Schulprojekt „Verrückt? Na und!" im Atrium
Kathrin Wolff (Landratsamt FB Gesundheit)

Sport und seelische Gesundheit:
16.15 Uhr Übergabe einer Infotafel zu
Ausdauersport in Nordhausen
an die Stadt Nordhausen
Andreas Meyer (Kreissportbund)
und Sabine Schröder (Lauftherapeutin)

Workshops zu Ihrer Auswahl:

1. **Antje Wiedemann**
   Motopädin, Antigewalttrainerin, Deeskalationstrainerin
   Südharz Klinikum Nordhausen
   Deeskalationstraining

2. **Peter Schulze**
   Humortherapie
   Wer lachend lernt, lernt Leben lieben

3. **Angela Leimke**
   Systemisches Coaching
   Was Eltern brauchen

4. **Claudia Hagenfeld**
   Praxis für Therapie, Coaching und Beratung
   Lösungs- und ressourcenorientierte Therapie – ein Vortrag zum Hören, Staunen und Erleben