

„Aufeinander zugehen“



**17. WOCHEN DER
SEELISCHEN GESUNDHEIT 2022
IN DER HANSESTADT WISMAR
UND IM LANDKREIS
NORDWESTMECKLENBURG
10. BIS 26. OKTOBER 2022**

**Schirmherrschaft Tino Schomann
Landrat Landkreis Nordwestmecklenburg**



Woche der **Seelischen Gesundheit**

Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Das Aktionsbündnis Seelische Gesundheit ist eine bundesweite Initiative, die 2006 ins Leben gerufen wurde.

Unter dem diesjährigen Motto „Reden hebt die Stimmung – Seelisch gesund in unserer Gesellschaft“ setzt sich die Aktionswoche dafür ein, miteinander ins Gespräch zu kommen und Verständnis füreinander zu entwickeln. Denn: Reden hilft und kann entstandene Gräben überwinden und zu einem neuen Miteinander beitragen.

Bundesweit finden zahlreiche Veranstaltungen sowohl digital als auch live vor Ort statt. Die Veranstaltungen der Aktionswoche richten sich an alle Generationen und tragen dazu bei, Berührungspunkte abzubauen und Betroffene sowie deren Angehörige einzubinden. Das Aktionsbündnis setzt auf Vielfalt statt Ausgrenzung und engagiert sich für eine offene und inklusive Gesellschaft!

Informationen und Veranstaltungen:

<https://www.seelischegesundheit.net/>

Inhalt

Grußwort	Landrat Tino Schomann	4
18.10.2022	Online-Veranstaltung: „Bindung und psychische Gesundheit in Familie und Gesellschaft“	6
19.10.2022	„Reden hebt die Stimmung“ Offener Umgang mit Depressionen	8
26.10.2022	17. Gerontopsychiatrisches Symposium	10
Kontakte	Selbsthilfegruppen laden zum Gespräch ein	12

Grußwort



Liebe Leserinnen und Leser,

seit 2005 gibt es in der Hansestadt Wismar und im Landkreis Nordwestmecklenburg die Tage der Seelischen Gesundheit, bis 2018 unter dem technischer klingenden Titel „Wochen der Gemeindepsychiatrie“. Nach einer coronabedingten Pause ist die Veranstaltungsreihe nun wieder da. Einiges hat sich geändert, in den vergangenen zwei Jahren. Und so haben sich auch die Tage der Seelischen Gesundheit ein wenig neu erfunden: Der Kalender an Veranstaltungen wurde auf einen kleineren Rahmen verschlankt und die Tage finden das erste Mal im Herbst statt, rund um den Welttag der seelischen Gesundheit am 10. Oktober.

Damit steht unsere Veranstaltungsreihe nun auch im direkten Kontext zur bundesweiten Woche der Seelischen Gesundheit des gleichnamigen Aktionsbündnisses.

„Aufeinander zugehen“ ist jedes Jahr unser Motto und es ergänzt sich gut mit dem bundesweiten Motto „Reden hebt die Stimmung – Seelisch gesund in unserer Gesellschaft“. Denn wir müssen reden, wir müssen aufeinander zugehen und wir müssen zuhören. Dann wird klar, dass wir mit unseren Problemen nicht alleine sind. Das psychische Belastungen und Probleme kein Malus sind, den man verstecken und für sich alleine bewältigen muss. Und dass sie keine Ausnahmeerscheinung sind.

Psychische Erkrankungen sind heute deutschlandweit der zweithäufigste Krankschreibungsgrund. 2020 waren es 17 Prozent aller Krankschreibungen. In Nordwestmecklenburg ist nach Zahlen der Barmer jeder Arbeitnehmer 4,3 Tage im Jahr wegen seelischer Probleme krankgeschrieben. Ein erheblicher Anstieg zu den vergangenen Jahren.

Der Grund ist sicher nicht nur, dass für viele Menschen das Arbeitsleben unsicherer oder stressiger geworden ist. Auch die allgemeine Weltlage spielt natürlich eine große Rolle. Soziale Medien und Online-Nachrichten versorgen uns 24 Stunden, 7 Tage die Woche mit schlechten Nachrichten, düsteren Zukunftsperspektiven und den nicht enden wollenden Hasstiraden von Extremisten und Wissenschaftsleugnern. Wer Pech hat, wird selbst in die Blase aus Angst und Fake-News hineingezogen und findet oft ohne fremde Hilfe nicht mehr hinaus.

Deshalb ist das aufeinander zugehen wichtig. Hilfsangebote müssen offen kommuni-

ziert werden und oft kann das Allerschlimmste verhindert werden, wenn sie rechtzeitig wahrgenommen werden. Es ist wichtig, sich jemanden anzuvertrauen, sich Hilfe und Unterstützung zu suchen, denn viele psychische Erkrankungen, wie Depressionen, sind gut behandelbar.

Die Tage der Seelischen Gesundheit leisten hier bei uns einen Beitrag, um das Thema in der Öffentlichkeit bekannter zu machen und über Hilfsangebote aufzuklären. Sowohl Betroffenen als auch Angehörigen können wir so Perspektiven aufzeigen und sie direkt mit kompetenten Ansprechpartnern vernetzen.

Ich bedanke mich bei allen Partnerinnen, Experten und Organisatorinnen, die an diesen neu gedachten Tagen der Seelischen Gesundheit beteiligt sind. Ich wünsche ein gutes Gelingen, gute Gespräche und spannende Eindrücke.

Tino Schomann
Landrat



Einladung zur Online-Veranstaltung

„Bindung und psychische Gesundheit in Familie und Gesellschaft“

Dienstag · 18. Oktober 2022 · 15:00 bis 18:30 Uhr · online



Mittlerweile weisen zahlreiche wissenschaftliche Erkenntnisse auf den bedeutsamen Einfluss von frühen Bindungserfahrungen auf die psychische und körperliche Gesundheit hin. Historisch gesehen ist dies keine Selbstverständlichkeit. Umso wichtiger ist es, diesen Themen in der Woche der Seelischen Gesundheit über verschiedene Zugänge Raum zu geben. Hierzu möchten wir uns zunächst im Rahmen einer Filmvorführung des Dokumentarfilms „Good Enough Parents“ vom Regisseur Domenik Schuster mit alten Erziehungsweisheiten und gegenwärtigen Erziehungstrends kritisch auseinandersetzen.

Nach der Filmpräsentation und einem Austausch gibt die Expertin Prof. Dr. Silke Birgitta Gahleitner in ihrem Kurzvortrag einen Einblick in die Bedeutung von frühen Bindungserfahrungen auf die psychische Gesundheit. Mit dem Einfluss von historischen Erziehungsmythen auf die gesellschaftliche Gegenwart beschäftigt sich im Anschluss die Expertin Barbara Neudecker.

Veranstaltungsinformationen

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos und die Veranstaltung wird online über Zoom durchgeführt. Die Zugangsdaten erhalten Sie per E-Mail zeitnah vor der Veranstaltung. Hierzu ist eine **Anmeldung bis zum 14. Oktober 2022** unter Angabe des Veranstaltungstitels an **LV@sozialpsychiatrie-mv.de** nötig.

Das Programm zur Online-Veranstaltung und Filmpräsentation

- 15:00 Uhr Begrüßung, Einführung und Moderation
Lisa Große (European Centre for Clinical Social Work e. V.) und
Dr. Kristin Pomowski (Landeskoordination Kinder psychisch und/oder
suchtbelasteter Familien)
- 15:15 Uhr Filmpräsentation „Good Enough Parents“ und Austausch
- 16:45 Uhr Kurze Pause
- 17:00 Uhr Zur Bedeutung von frühen Bindungserfahrungen auf die Gesundheit
Prof. Dr. Silke B. Gahleitner (ASH Berlin)
- 17:30 Uhr Zum Einfluss historischer Erziehungsmythen auf die Gegenwart
Barbara Neudecker (FH Campus Wien & Institut für Bildungswissen-
schaft der Universität Wien)
- 18:00 Uhr Abschlussdiskussion (bis 18:30 Uhr)



Kontakt und weitere Informationen:

Landeskoordination Kinder aus psychisch und/oder suchtbelasteten Familien
Mecklenburg-Vorpommern

Carl-Hopp-Straße 19a, 18069 Rostock, Telefon: 0381 8739423 0, E-Mail: lv@sozial-
psychiatrie-mv.de, Internet: www.sozialpsychiatrie-mv.de

European Centre for Clinical Social Work e. V.

Hof Göhren 4, 19061 Schwerin, E-Mail: info@eccsw.eu, Internet: www.eccsw.eu

„Reden hebt die Stimmung“ Offener Umgang mit Depressionen

Termin: Mittwoch · **19. Oktober 2022** · 15:30 Uhr bis ca. 18.30 Uhr

Ort: Zeughaus der Hansestadt Wismar, Ulmenstraße 15, 23966 Wismar



Wir wollen mit der Veranstaltung einen Raum für Information und gemeinsamen Austausch bieten, in dem wir Menschen mit verschiedenen Blickwinkeln und unterschiedlichen Erfahrungen zu seelischen Erkrankungen zu Wort kommen lassen.

CHARIS KRÜGER bekannt als Charis' Lifestyle besucht uns in Wismar!

- Entspanntes Ankommen ab 15:30 Uhr
- Start des Programms: 16:00 Uhr

- Informationstische
- Wunschtapete
- Musik von den „Bootsingers and Friends“

Programm:

- Begrüßung durch die Veranstaltenden
- Grußworte von Ingo Funk, Dezernent und 2. Stellvertreter des Landrates
- „Entstehung und Behandlung depressiver Erkrankungen“
Dr. Ulrike Prösch, Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie
- Persönliche Erfahrungen aus dem Leben mit Depressionen
Charis Krüger, Persönliche Expertin
- Gemeinsame Gesprächsrunde
 - Dr. Ulrike Prösch
 - Charis Krüger
 - Selbsthilfegruppe für Angehörige & Freunde psychisch kranker Menschen
 - Sozialpsychiatrischer Dienst des Landkreises

Getränke und Snacks im kleinen Rahmen sind für eine kleine Spende zu erhalten.

Hinweis: Eintritt frei – Um Anmeldung bei Carolin Schmidt wird gebeten.

**Kontakt und Anmeldung:**

Carolin Schmidt
Landkreis Nordwestmecklenburg
Ca.schmidt@nordwestmecklenburg.de
Telefon: 03841 3040 5329

17. Gerontopsychiatrisches Symposium

Termin: Mittwoch · **26. Oktober 2022** · 14:00 bis 17:00 Uhr

Ort: PWG gGmbH · „Haus am Bibowsee“ · Fachpflegeeinrichtung
Am See 1 · 19417 Nisbill



Foto: PWG Pflege und Wiedereingliederung gGmbH

Der erste Vortrag wird einen Überblick zum aktuellen Stand der Alterungstheorien geben und darauf aufbauend werden Strategien eines erfolgreichen Alterungsprozesses aufgezeigt. Biologische und psychologische Faktoren und Möglichkeiten zu deren individueller Beeinflussung werden dargestellt. Insbesondere wird auf das Weisheitskonzept und das Konzept der Selektiven Optimierung und Kompensation (Baltes & Baltes) eingegangen.

Mit dem Vortragsthema „Alter als Grenzsituation“ wird in dem zweiten Teil des Symposiums auf den von dem deutschen Psychiater und Philosophen Karl Jaspers geprägten Begriff Grenzsituation (Tod, Leid, Schuld, Kampf) eingegangen. Unter diesem Überthema können fast alle gerontopsychiatrischen Detailthemen subsummiert werden.

Zu diesem kostenfreien Symposium sind alle Interessierten eingeladen, welche sich über die beschriebene Thematik informieren möchten und / oder einen Erfahrungsaustausch wünschen.

Hinweis: Eine Anmeldung zur Veranstaltung ist bis zum 20. Oktober 2022 in jedem Fall gewünscht. Ein kostenloser Transfer ab Marktplatz Wismar ist ab 13.00 Uhr möglich. Bei der Anmeldung bitte den Transferwunsch mitteilen.

Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft Landesverband Mecklenburg-Vorpommern e. V. Selbsthilfe Demenz wird mit einem Demenz-Parcours vor Ort sein und gemeinsam mit dem Pflegestützpunkt des Landkreises NWM für Fragen zur Verfügung stehen.

Programm

Moderation des Symposiums: Dr. Bernd Sponheim, Chefarzt der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik, Sana HANSE-Klinikum Wismar

- 13:00 Uhr Ankunft der Teilnehmer des Symposiums
- 14:00 Uhr Begrüßung, Geschäftsführung PWG gGmbH
- 14:10 Uhr Grußwort, Landrat Tino Schomann
- 14:20 Uhr „Erfolgreich Altern“
Prof. Dr. Jens M. Langosch, Ärztlicher Direktor, Evangelisches Krankenhaus Bethanien – Johanna-Odebrecht-Stiftung, Greifswald
- 15:10 Uhr „Alter als Grenzsituation“
Prof. Dr. Jörg Zimmermann, Direktor der Klinik für Gerontopsychiatrie und Psychotherapie, Karl-Jaspers-Klinik, Bad Zwischenahn
- 16:00 Uhr Abschlussdiskussion

Anschließend werden die Teilnehmer des Symposiums zu einem Imbiss eingeladen.



Kontakt:

PWG Pflege- und Wiedereingliederungs gGmbH
 „Haus am Bibowsee“ Fachpflegeeinrichtung
 Assistentin der Geschäftsführung: Franziska Willert
 Telefon 038482 228-0, Fax 038482 228-222, E-Mail: franziska.willert@ib.de

Mitveranstalter:

- Deutsche Alzheimer Gesellschaft, Landesverband Mecklenburg-Vorpommern e. V.
- Pflegestützpunkte Nordwestmecklenburg
- Sana HANSE-Klinikum Wismar GmbH

Selbsthilfegruppen laden zum Gespräch ein

Die Vermittlung in Selbsthilfegruppen kann bei der Findung von selbstbestimmten Problemlösungen durch den Erfahrungsaustausch Gleichbetroffener sehr hilfreich sein.

Psychische Erkrankungen

- Achterbahn
Wismar
- Angehörige Psychisch Kranker
Wismar
- Angst
Wismar
- Borderline
Wismar
- Depression & Ängste
Wismar
- Gemeinsam gegen Angst und Depressionen-arbeitslossinn-los
Bad-Kleinen
- Hand in Hand
Gadebusch
- Kriegskinder/ Kriegsengel
Gägelow
- Licht im Dunkel
Grevesmühlen
- Mee(h)rlicht
Wismar
- Selbsthilfegruppe für Angehörige von sexueller Gewalt Betroffener
Wechselnde Orte im Landkreis
- Wege aus der Depression
Schönberg
- Zurück ins Leben
Gägelow

Sucht

- AA – Anonyme Alkoholiker
Wismar
- Blaues Kreuz – Spiegelberg
Wismar
- Blaues Kreuz – Neustadt
Wismar
- Blaues Kreuz – Angehörigengruppe
Wismar
- Blaues Kreuz – Begegnungsgruppe
Gadebusch
- Blaues Kreuz – Wege aus der Sucht
Schönberg
- BKE – Begegnungsgruppe
Grevesmühlen
- CLIC – Schönberg Gruppe
- Freundeskreis – Dienstagsgruppe
Wismar
- Freundeskreis – Donnerstagsgruppe
Wismar
- Freundeskreis – Rettungsring
Wismar
- Narcotics Anonymous
- Spielsucht
Wismar

Weitere Informationen zu Selbsthilfegruppen erhalten Sie beim:

Arbeiter-Samariter-Bund Kreisverband Wismar / NWM e. V.
Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (KISS)
Dorfstraße 10 · 23968 Gägelow
Tel.: 03841 222616 · E-Mail: kiss@asbwismar.de · www.asbwismar.de/beratung



**Sana HANSE-Klinikum
Wismar**



Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

im Sana HANSE-Klinikum Wismar

Stationäre Behandlung | Störtebekerstraße 6 | 23966 Wismar

- Fachbereich **Allgemeinpsychiatrie** | Schwerpunkt Psychosen
Telefon 03841 33-1610
- Fachbereich **Allgemeinpsychiatrie** | Schwerpunkt Depressionen
und Abhängigkeitserkrankungen | Telefon 03841 33-1766
- Fachbereich **Psychotherapie und Psychosomatik**
Telefon 03841 33-1650
- Fachbereich **Gerontopsychiatrie** | Telefon 03841 33-1640

Tagesklinische und ambulante psychiatrische Behandlung

Tagesklinik Wismar | Telefon 03841 704636

Psychiatrische Institutsambulanz Wismar | Telefon 03841 762865
Dr.-Unruh-Straße 14 | 23970 Wismar

Psychiatrische Institutsambulanz Gadebusch | Telefon 03886 211152
Wismarsche Straße 9 | 19205 Gadebusch

Tagesklinik Grevesmühlen | Telefon 03881 7552310

Psychiatrische Institutsambulanz Grevesmühlen | Telefon 03881 7552311
Klützer Straße 13-15 | 23936 Grevesmühlen

Weitere Informationen finden Sie unter:
Sana HANSE-Klinikum Wismar

Mail Fred.Petrosjan@Sana.de
Internet www.sana.de/wismar

