



Veranstaltung zum Thema: Angst und Depression In Krisenzeiten

Corona-Pandemie, Krieg, steigende Energiekosten, Inflation – aktuell schwankt die Welt und verändert sich sehr schnell.

Was machen diese Veränderungen und Krisen mit den Menschen? Wie können die Einzelnen mit Angst und depressiven Symptomen umgehen? Wie wichtig sind soziale Kontakte und Beziehungen? Wie kann man sich ablenken und schönen Dingen zuwenden? Wie helfen Selbsthilfegruppen, Sorgen zu überwinden? Wie kann ich Krisenzeiten gut bewältigen? Diese und weitere Fragen möchten wir mit Ihnen bei dieser Veranstaltung besprechen.

Die Teezeit findet statt in Kooperation mit der Migrationsberatungsstelle des freireligiösen Wohlfahrtsverbands Baden.

Termin: **Mittwoch, 10. Mai 2023, von 17:00 – 19:00 Uhr**

Referentin: Prof. Dr. Barbara Vollmayr
Zentralinstitut für Seelische Gesundheit Mannheim
Klinik Psychiatrie und Psychotherapie

Selbsthilfe: Selbsthilfegruppe Frauengesprächskreis

Ort: Haus für Vielfalt und Engagement
Alphornstraße 2a
68169 Mannheim

Kosten: Die Veranstaltung ist kostenfrei

Alle Interessierten sind ganz herzlich ohne Anmeldung eingeladen. Die Veranstaltung findet in **deutscher** und in **arabischer Sprache** statt.

Mit freundlicher Unterstützung der gesetzlichen Krankenkassen