

Veranstaltung zum Thema: Seelische Gesundheit – Was tun, wenn die Seele „stolpert“?

Schlechte Nachrichten wie Krieg in Europa, Inflation und der Klimawandel können bedrückend und schwer auszuhalten sein. Dabei ist es nicht immer einfach, auf die eigene seelische Gesundheit zu achten.

Was kann ich tun, wenn alles zu viel und zu belastend wird? Wie kann ich mich schützen und wie kann es mir trotz der schlechten Nachrichten gut gehen? Diese und weitere Fragen sollen bei der Teezeit beantwortet werden.

Termin: **Mittwoch, 16. Oktober 2024, von 16 - 18 Uhr**

Referent: Dr. Dirk Greverus
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie
Abteilung Gemeindepsychiatrie
Zentralinstitut für Seelische Gesundheit

Selbsthilfe: Selbsthilfegruppe Angehörige von
Menschen mit Depression

Ort: Raum für Vielfalt im 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 **türkischer Sprache** statt.

Mit freundlicher Unterstützung der gesetzlichen Krankenkassen.