



WOCHE DER SEELISCHEN GESUNDHEIT 2023

DIE AKTIONSWOCHEN MÖCHTEN AUF DIE VIELFÄLTIGEN PSYCHOSOZIALEN HILFSANGEBOTE VOR ORT AUFMERKSAM MACHEN SOWIE ZUM GEMEINSAMEN AUSTAUSCH UND GEGENSEITIGER UNTERSTÜTZUNG EINLADEN.

www.gera.de/leben-in-gera/gesundheit-soziales/gesundheit/gesundheitsförderung-prävention



Eröffnung IPSO Care Point
psychosoziale Online-Beratung
<https://ipso-care.com>

Dienstag, 10.10.2023
10:00-12:00 Uhr, OTEGAU
Lusaner Str. 7, 07549 Gera

AGATHE Café für Senioren und Seniorinnen
"Gemeinsam der Angst das Gewicht nehmen"
Gesprächsrunde mit einem Psychologen der Praxis
"Psychologen Gera"

Mittwoch, 11.10.2023
14:00-15:30 Uhr, OTEGAU
Lusaner Str. 7, 07549 Gera

On-Tour Gespräche zur seelischen Gesundheit
Informationen zu Hilfsmöglichkeiten und Gespräche
mit dabei: Kinderkrankenschwester Birgit Weinrich

Mittwoch, 11.10.2023
14:00-16:00 Uhr
Beratungsbus der OTEGAU
Platz der Republik Gera

On-Tour Gespräche zur seelischen Gesundheit
Informationen zu Hilfsmöglichkeiten und Gespräche
mit dabei: Praxis "Psychologen Gera"

Donnerstag, 12.10.2023
10:00-12:00 Uhr
Marktplatz Gera

Komm Herein - Café
Austausch zu Selbsthilfegruppen
insbesondere zum Thema seelische Gesundheit

Donnerstag, 12.10.2023
14:00-15:30 Uhr
Ehrenamtszentrale Gera
Kornmarkt 7, 07545 Gera

anders normal: chronische Verbitterungsstörung
mit der Kulturwissenschaftlerin Dr. J. Stückrad und
Chefarzt der Altenburger Psychiatrie, Dr. Christian
Schäfer

Freitag, 13.10.2023
18:00-19:30 Uhr
Festsaal des Schlosschen
Tannenfeld, 04626 Löbichau

Tag der offenen Tür mit Informationen zur Therapie
und Hilfe der Kinder -und Jugendpsychiatrie
Institutsambulanz und Tagesklinik
Asklepios Fachklinikum Stadtroda GmbH

Montag, 16.10.2023
15:00 Uhr, Standort Gera
Werner-Petzold-Str. 17
07549 Gera

Zeit zum Reden und der Angst das Gewicht
nehmen
Diagnose Brustkrebs. Der Austausch wird von einer
Frauenärztin begleitet.

Dienstag, 17.10.2023
15:00-17:00 Uhr
Frauenkommunikationszentrum,
Böttchergasse 1-3,
07545 Gera



Tag der offenen Tür mit Themenräumen

Themenraum 1: Was ist, was kann eine Erziehungsberatungstelle?
 Themenraum 2: Vorstellung des Gruppenprogrammes RESA für Kinder psychisch kranker Eltern
 Themenraum 3: Traumreise - Eltern-Kind-Entspannung
 Themenraum 4: Workshop "Kleine Ressourcenreise für Jugendliche" ab 15 Uhr (14 bis 16 Jahre, Anmeldung erbeten bis 16.10.2023)

Mittwoch, 18.10.2023

12:00-16:00 Uhr
 Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
 Werner-Petzold-Str. 27
 07549 Gera-Lusan

On-Tour Gespräche zur seelischen Gesundheit

Informationen zu Hilfsmöglichkeiten und Gespräche mit dabei: der sozialpsychiatrische Dienst, Chefärztin Jana Prochnow, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am SRH Wald-Klinikum Gera, Therapiehund Loras

Mittwoch, 18.10.2023

14:00-16:00 Uhr
 Beratungsbus der OTEGAU
 Platz der Republik Gera

AGATHE Café für Senioren und Seniorinnen

"Gemeinsam der Angst das Gewicht nehmen"
 Gesprächsrunde mit einem Psychologen der "Praxis Psychologen Gera"

Mittwoch, 18.10.2023

14:00-15:30 Uhr
 Lutherhaus, Joliot-Curie-Str. 1a
 07549 Gera

On-Tour Gespräche zur seelischen Gesundheit

Informationen zu Hilfsmöglichkeiten und Gespräche mit dabei: psychosoziale Berater:innen der OTEGAU

Donnerstag, 19.10.2023

Beratungsbus der OTEGAU
 14:00-17:00 Uhr, Arcaden Gera

Digitaler Aktionstag für Senioren

2. Digitale Aktionswoche aus Anlass des Weltseniorentages
 Gesundheitsförderung und Smartphone? Wie Gesundheitsapps im Alltag unterstützen können; Amt für Gesundheit und AOK PLUS
 Anmeldung unter: gesundheitsfoerderung@gera.de

Freitag, 20.10.2023

10:00-12:00 Uhr
 TMBZ Gera, Florian-Geyer-Str. 17
 07545 Gera , www.tlm.de

(niedrigschwelliges) Kreativangebot

zum Thema Angst und Umgang mit Angststörungen im Alltag
 von und für Betroffene
 DO Diakonie Ostthüringen, Ambulant Betreutes Wohnen

Mittwoch, 25.10.2023

15:00-17:00 Uhr
 Lutherhaus, Joliot-Curie-Str. 1a
 07548 Gera

Umgang mit sozialen Medien

Wie begleite ich mein Kind im sicheren Umgang mit Medien?

Donnerstag, 02.11.2023

16:00-17:30 Uhr

Medien-Was ist das? Welche Medien gibt es? Was darf ich? Was darf ich nicht? Zielgruppe: Erwachsene Menschen mit Behinderung
 DO Diakonie Ostthüringen, Familienentlastender Dienst

Dienstag, 07.11.2023

16:00-16:45 Uhr

Beide Veranstaltungen finden im Joliot-Curie-Haus mit Zugang über die Joliot-Curie-Str. 22, 07548 Gera statt.

Stadtverwaltung Gera (Organisation)

Amt für Gesundheit und Versorgung

Gagarinstraße 68, 07545 Gera

Tel.: 0365 838 3594

gesundheitsfoerderung@gera.de

OTEGAU GmbH (Organisation)

Lusaner Str.7, 07549 Gera

Tel.: 0365 73740-0

www.otegau.de

Stadtverwaltung Gera

Ehrenamtszentrale

Kornmarkt 6, 07545 Gera

www.gera.de

Asklepios Fachklinikum Stadtroda GmbH

Kinder und Jugendpsychiatrie
 Werner-Petzold Str. 17, 07549 Gera
 Tel.: 0365 552249330
www.asklepios.com

Beratungsstelle für Eltern Kinder u. Jugendliche
TWSD in Thüringen GmbH

Werner-Petzold-Straße 27, 07549 Gera
 Tel.: 0365 32094
www.traegerwerk-thueringen.de

SRH Wald-Klinikum Gera

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
www.waldklinikumgera.de/fachbereiche-praxen/unsere-fachbereiche/fachabteilungen-zentren/psychiatrie/

Ökumenische Akademie Gera-Altenburg

Weinbergstraße 4, 07548 Gera
 Tel.: 0172 4273307
oek-akademie-gera.de

Offene Hilfen Gera

DO Diakonie Ostthüringen gGmbH
 Joliot-Curie-Str. 1 a, 07548 Gera
 Tel.: 0365 22511
www.diako-thueringen.de

Frauenkommunikationszentrum

SOS Kinderdorf Thüringen
 Böttcherstraße 1-3, 07545 Gera
 Tel.: 0365 813871
www.sos-kinderdorf.de