

Mittwoch
18.10.23
um 15 Uhr



Informationsnachmittag
Weiße Villa, Bestehornstraße 2, Aschersleben

"Nur ein Stimmungstief oder schon eine Depression?"

Seelische Höhen und Tiefen kennt fast jeder. Die meisten Menschen kommen mit dem Auf und Ab ihres Seelenlebens sehr gut allein zurecht. Viele tauschen sich darüber mit ihrer Familie oder Freunden aus und finden wieder zu einem inneren Gleichgewicht für ihren Alltag zurück. Manchmal jedoch reichen solche Gespräche mit vertrauten Personen nicht aus. Man möchte sie nicht belasten oder sie können nicht nachvollziehen, wie man sich fühlt.

Ein vorübergehendes Stimmungstief mit schwankenden Gefühlen ist völlig normal, jedoch kann es sich ausbauen und zu einer Depression führen. Dann sollten Sie darüber nachdenken, sich Hilfe zu suchen. Das muss nicht immer gleich ein Therapeut sein. Wir möchten Ihnen an diesem Tag verschiedene Hilfsangebote aufzeigen und uns vorstellen.

Wir freuen uns auf einen interessanten Vortrag von Rodrigo Rivera Luna, Chefarzt der Psychiatrischen Tagesklinik Aschersleben zu Auslösern und Anzeichen einer Depression. Wussten Sie schon, dass es im Salzlandkreis eine Psychiatriekoordinatorin gibt oder für was eigentlich der Sozialpsychiatrische Dienst zuständig ist? Des Weiteren stellen wir Ihnen Behandlungsmöglichkeiten in einer Ergotherapie vor und klären auf, was Selbsthilfe bewirken kann und ob vielleicht eine Selbsthilfegruppe ihre momentane Lebenssituation verbessern kann. Eine tolle Kulisse für die Veranstaltung bietet uns die Weiße Villa der Lebenshilfe Harzvorland gGmbH Aschersleben. Kommen Sie vorbei. Wir freuen uns auf Sie. Die Veranstaltung ist kostenfrei.



Kreisverband
Salzland e.V.

