

23.10.2024 · 19 Uhr · Bad Driburg

Vortrag zum Thema Kontrollzwänge

Menschen mit einem Kontrollzwang haben zwanghafte Vorstellungen und Gedanken oder den Drang, bestimmte Handlungen in ritualisierter Weise zu wiederholen. Der Vortrag informiert über das Krankheitsbild. Betroffene und Interessierte sind herzlich eingeladen.

Referentin: Lydia Suermann,
Ltd. Psychologin St. Josef Hospital Bad Driburg

Ohne Anmeldung. Die Teilnahme ist kostenlos.

Veranstalter: Selbsthilfegruppe Ängste Bad Driburg

Ort: Knappschafts-Klinik
Georg-Nave-Straße 28 · Bad Driburg 

29.10.2024 · 18 – 19.30 Uhr · Höxter

Selbsthilfe Depression:
Schnuppertreffen zur Gruppengründung in Höxter

Depressionen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Neben einer professionellen Begleitung kann auch eine Selbsthilfegruppe für Betroffene hilfreich sein. Ziel ist der gegenseitige Austausch, die Akzeptanz der Erkrankung, aber auch wieder nach vorne zu schauen und Mut zu fassen:

- Wie gehe ich mit der Erkrankung um?
- Welche Ressourcen habe ich?
- Welche Hilfen gibt es?

Wichtig ist, dass man nicht alleine ist mit der Situation – das bringt oft schon Entlastung und vieles erscheint leichter. Darüber hinaus bietet eine Selbsthilfegruppe auch die Chance, gemeinsam aktiv zu sein.

Diese Veranstaltung soll Betroffenen ermöglichen, die Arbeit einer Selbsthilfegruppe unverbindlich kennenzulernen. Zielgruppe sind erwachsene Personen mit diagnostizierter Depression.

Ohne Anmeldung.

Veranstalter: Der Paritätische – Selbsthilfe Büro Höxter

Ort: Der Paritätische · Möllingerstraße 5 · Höxter 

Der Besuch einer Selbsthilfegruppe kann eine Therapie ergänzen, aber nicht ersetzen!



30.10.2024 · 17.30 Uhr · Warburg

Selbsthilfe Depression:
Gruppengründung in Warburg

Depressionen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Neben einer professionellen Begleitung kann auch eine Selbsthilfegruppe für Betroffene hilfreich sein. Ziel ist der gegenseitige Austausch, die Akzeptanz der Erkrankung, aber auch wieder nach vorne zu schauen und Mut zu fassen:

- Wie gehe ich mit der Erkrankung um?
- Welche Ressourcen habe ich?
- Welche Hilfen gibt es?

Wichtig ist, dass man nicht alleine ist mit der Situation – das bringt oft schon Entlastung und vieles erscheint leichter. Darüber hinaus bietet eine Selbsthilfegruppe auch die Chance, gemeinsam aktiv zu sein.

Diese Veranstaltung soll Betroffenen ermöglichen, die Arbeit einer Selbsthilfegruppe unverbindlich kennenzulernen. Zielgruppe sind erwachsene Personen mit diagnostizierter Depression.

Ohne Anmeldung.

Veranstalter: Der Paritätische – Selbsthilfe Büro Höxter

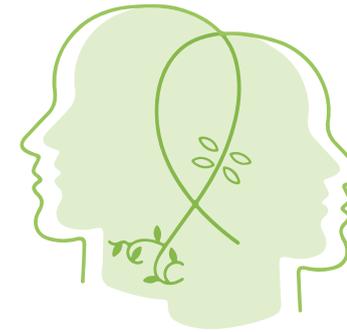
Ort: Corveniushaus · Sternstraße 19 · Warburg

Weitere Informationen erhalten Sie bei den Veranstaltern oder unter:

Netzwerk Seelische Gesundheit im Kreis Höxter
c/o Der Paritätische
Möllingerstr. 5
37671 Höxter

Tel.: 05271 38 00 42
hoexter@paritaet-nrw.org

bitte scannen 



Woche der
Seelischen Gesundheit

IM KREIS HÖXTER

NETZWERK SEELISCHE GESUNDHEIT
IM KREIS HÖXTER

OKTOBER 2024



„Hand in Hand für seelische Gesundheit“

Gefördert durch das Land Nordrhein- Westfalen.

Im **Oktober** findet bundesweit die Woche der seelischen Gesundheit statt. Unter dem Motto „**Hand in Hand für seelische Gesundheit am Arbeitsplatz**“ möchte die Aktionswoche bundesweit auf vielfältige psychosoziale Hilfsangebote aufmerksam machen sowie zum gemeinsamen Austausch und gegenseitiger Unterstützung aufrufen.

Auch im Kreis Höxter hat sich ein Aktionsbündnis gegründet. Gemeinsam möchten wir in unserer Region über psychische Erkrankungen informieren, Hilfsangebote bekannter machen und zum Austausch anregen. Wir laden Sie herzlich zu einem vielfältigen Veranstaltungsangebot ein!

Weitere Informationen erhalten Sie unter <https://www.kreis-hoexter.de/service-kontakt/seelische-gesundheit/index.html>

bitte scannen



PROGRAMM

Achtung: Ausstellung an 2 Terminen/Orten, s. Beschreibung!

Innere Welten – Eine Reise durch die Linse der Depression

Im Rahmen der Ausstellung präsentiert ein Fotograf, der selbst mit Depressionen lebt, eine Serie von Fotografien, die tiefe Einblicke in die emotionalen und mentalen Herausforderungen eines Lebens mit einer psychischen Erkrankung gewähren. Jede Aufnahme reflektiert persönliche Sichtweisen und Stimmungen, die von Melancholie bis zu Momenten der Klarheit reichen. Die Bilder laden dazu ein, das Leben aus der Perspektive eines Menschen mit Depressionen zu betrachten und das oft Unsichtbare sichtbar zu machen.

Ohne Anmeldung. Die Ausstellung kann zu den regulären Öffnungszeiten besucht werden.

Veranstalter:

Sozialpsychiatrischer Dienst, Caritasverband für den Kreis Höxter
Kreis Höxter, Abteilung Gesundheitsvorsorge
Der Paritätische Kreisgruppe Höxter

Termin: 10.10. – 31.10.2024

Ort: Sparkasse Brakel

Termin: 31.10. – 22.11.2024

Ort: St. Ansgar Krankenhaus Höxter

10.10.2024 · 18 Uhr · Bad Driburg

Kino für die Seele – „Beflügelt – Ein Vogel namens Penguin Bloom“

Im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit findet eine Filmvorführung mit anschließendem Gesprächsangebot im Kino Bad Driburg statt. Dabei präsentieren wir Ihnen zum Einstieg den Film „Beflügelt – Ein Vogel namens Penguin Bloom“. Das Drama erzählt von der wahren Geschichte der Australierin Sam Bloom, die nach einem schweren Unfall in eine tiefe Depression fällt und sich zurück ins Leben kämpft.

Wenn sie Lust haben, freuen wir uns darauf, im Anschluss mit Ihnen über verschiedene Themen zur psychischen Gesundheit ins Gespräch zu kommen!

Ohne Anmeldung.

Karten im Kino, Der Eintrittspreis beträgt 8€.

Veranstalter: Kreis Höxter, Abteilung Gesundheitsvorsorge

Ort: Kino Bad Driburg · Am Rathausplatz 1 · Bad Driburg 

11.10.2024 · 13 – 17 Uhr · Brakel

Aktionstag: Vorstellung der Arbeitsfelder von Menschen mit psychischen Erkrankungen

Das Motto „Hand in Hand für seelische Gesundheit am Arbeitsplatz“ möchten wir im Rahmen eines Aktionstages aufgreifen, um Betroffene, Angehörige und Interessierte in die Werkstatt REKON einzuladen. Wie bieten an diesem Tag ein Mitmachprogramm (Singkreis, Klangentspannung, Tierbeobachtungsdienst und autogenes Training) zu jeder vollen Stunde an. Des Weiteren steht Ihnen der Soziale Dienst an diesem Tag für Fragen zur Verfügung und es werden die verschiedenen Arbeitsfelder der Werkstatt vorgestellt.

Ohne Anmeldung.

Bitte melden Sie sich am Eingang der Rekon.

Veranstalter: Lebenshilfe Höxter (REKON)

Ort: REKON · Am Königsfeld 4-6 · Brakel 

12.10.2024 · ab 18.30 Uhr · Bad Driburg

Konzert & Party mit Live-Musik

Die Konzert-Party in der Driburger Schützenhalle ist eine Mischung aus Konzert und Party. Mehrere Bands spielen auf der Bühne live Songs verschiedener Genres. Die Besucher dürfen sich auf Hits von Pop bis Rock freuen. In den Konzertpausen wird Musik eingespielt. Für das leibliche Wohl ist gegen ein geringes Entgelt gesorgt. Es gibt Getränke sowie Pommes und Bratwurst vom Imbisswagen. Die inklusive Party und das Konzert sind ein Angebot für Menschen mit und ohne psychische Erkrankung. Beginn ist um 18:30 Uhr, der Eintritt ist frei.

Ohne Anmeldung.

Veranstalter:

INTEG (Bad Driburg), Bethel.regional (Höxter) und Selbsthilfe (Warburg)

Ort:

Schützenhalle Bad Driburg · Schützenstraße · Bad Driburg 

Informationen zum Shuttle Service ab Bahnhof und Rathaus stehen auf der Homepage zur Verfügung.

14.10.2024 · 17 – ca. 21 Uhr · Warburg

Kochen für die Seele

Im Rahmen der „Woche der seelischen Gesundheit“ findet am Montag, den 14. Oktober 2024 eine inklusive Kochveranstaltung für Menschen mit und ohne psychische Erkrankung statt. Miteinander kochen, anschließend gemeinsam das Menü genießen, dabei in angenehmer Atmosphäre ins Gespräch kommen und somit Körper und Seele etwas Gutes tun, das sind die Ziele der Veranstaltung. Das Kochen wird professionell angeleitet. Den Teilnehmenden entstehen keine Kosten.

Anmeldung (bis zum 7.Oktober):

cabra@diakonie-pbhx.de oder 0151 77 68 118

Veranstalter: Diakonie Paderborn-Höxter

Ort: Corveniushaus · Sternstraße 19 · Warburg

21.10.2024 · 17 Uhr · Höxter

Psychische Krisen am Arbeitsplatz: Die Rückkehr zur Arbeit über viele Wege möglich

Menschen, die psychisch erkrankt sind, haben im Arbeitsalltag oftmals besondere Herausforderungen zu meistern und wissen oftmals nicht, welche Hilfen sie in Anspruch nehmen können. Allen Beschäftigten mit einer Behinderung soll die Teilhabe am Arbeitsleben ermöglicht und gesichert werden. Die Veranstaltung richtet sich daher an Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung, die planen wieder im Arbeitsalltag Fuß zu fassen oder sich in einer psychisch belastenden Situation befinden und nicht wissen, wie sie mit dem Arbeitgeber sprechen sollen. Die Veranstaltung klärt auf, welche Unterstützungsmöglichkeiten Beschäftigte mit einer psychischen Beeinträchtigung nutzen können, wie diese zu beantragen sind und wo sie Hilfen zur Unterstützung erhalten können.

„Sag ich's oder sag ich's nicht?“ In dem Vortrag wird auch geklärt, welche Rechte und Pflichten schwerbehinderte Arbeitnehmer*innen haben und wie sie diese durchsetzen können.

Anmeldung (bis zum 17.Oktober):

teilhabeberatung-hoexter@paritaet-nrw.org oder 05271 36 675

Veranstalter:

Integrationsfachdienst Paderborn und Höxter (IFD) und EUTB Höxter

Ort: Der Paritätische · Möllingerstraße 5 · Höxter 