



FEELGOOD SUPPORT PROGRAMM

STABILE SEITENLAGE FÜR DIE SEELE

Was sind psychische Erkrankungen und wann sind wir eigentlich psychisch gesund?

09.07.2022

10-18 Uhr

**Heylstrasse 23, 63571 Gelnhausen
129,00 EUR (inkl. Getränke und kleinen
Snacks)**

Programm:

10-13 Uhr

Theorie

- Überblick psychische Erkrankungen
- Epidemiologie von psychischen Krankheiten in Deutschland
- -Auswirkungen von psychischen Krankheiten
- Präventionsmaßnahmen
- Interventionsmöglichkeiten im Anfangsstadium von Erkrankungen
- Behandlungsmöglichkeiten
- Unterstützungsangebote
- Rehabilitation

13-14 Uhr

Mittagspause zur Selbstverpflegung

14-18 Uhr

Praxis

- Einführung in die achtsame Gesprächsführung
- praktische Strategien und Interventionen nach dem FEELGOOD-Prinzip
- Selbstfürsorge/Prävention