

Teilnehmende Gruppen und Einrichtungen:

Anti-Mobbing-Zollernalb e. V. und Burnout-Hilfe-Zollernalb
EA-Selbsthilfegruppe – Emotions Anonymous
Selbsthilfegruppen »Depression« Balingen und Bodelshausen
Selbsthilfegruppe für Zwangstörungen
Selbsthilfegruppe Panikattacken und Ängste
Konflikthotline Baden-Württemberg e. V.
IBB-Stelle Zollernalbkreis – Informations-, Beratungs-
und Beschwerdestelle
Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
im Zollernalb-Klinikum Albstadt
Verein für gemeindenahе Psychiatrie, ZAK
ISBA gGmbH
BruderhausDiakonie Sozialpsychiatrie Zollernalb
Tübinger Gesellschaft für Sozialpsychiatrie und Rehabilitation gGmbH
VSP- Verein für Sozialpsychiatrie e. V.
Tagesklinik für Psychiatrie und Psychotherapie
des Vinzenz von Paul Hospital



**Eine Kooperationsveranstaltung
der KIGS der AOK Neckar-Alb
dem Zollernalb Klinikum
und der Selbsthilfegruppen**

Informationsveranstaltung

Raus aus dem Seelentief!

Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitsbezogene Selbsthilfe der AOK Neckar-Alb

Renate Liener-Kleinmann, Isabella Manos
AOK – Die Gesundheitskasse Neckar-Alb
Hindenburgstr. 25, 72336 Balingen
Tel. 07433 262-2712 und -2715
aok-selbsthilfekontaktstelle-zak@bw.aok.de



Zollernalb Klinikum gGmbH
Akademisches Lehrkrankenhaus
der Universität Tübingen

Anti-Mobbing-Zollernalb e. V.
anti-mobbing-zollernalb@web.de
www.anti-mobbing-zollernalb.de

Samstag, 22. September 2018

10.00–17.30 Uhr

Stadhalle Balingen

Hirschbergstr. 38

72336 Balingen

Eintritt frei

Unter der Schirmherrschaft von Helmut Reitemann,
Oberbürgermeister der Stadt Balingen



*„Geh du vor“, sagte die Seele zum Körper,
„auf mich hört der Mensch ja nicht.“*

*„Ich werde krank werden, dann wird er
Zeit für Dich haben“, erwiderte darauf
der Körper der Seele.*

Raus

aus

dem

Seelentief!

Wenn unsere Psyche leidet, kann dies erhebliche Auswirkungen sowohl auf den betroffenen Menschen, als auch auf die Familie, die Kollegen und den Freundeskreis haben.

Wollen Sie sich mit anderen austauschen und mehr über das Thema psychische Störungen und deren Bewältigung – auch im Rahmen der Familie oder des Betriebs – erfahren?

Wir laden Interessierte, Betroffene, Angehörige, Freunde und Kollegen ganz herzlich am Samstag, den 22. September 2018 in die Stadthalle nach Balingen zu unserer Informationsveranstaltung »Raus aus dem Seelentief!« ein.

10.00 Uhr

Begrüßung und Vorstellung

KIGS Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitsbezogene Selbsthilfe der AOK Neckar-Alb, Landratsamt Zollernalbkreis.
Die teilnehmenden Selbsthilfegruppen stellen sich vor.

Grußworte

Oberbürgermeister Helmut Reitemann
Dorothee Müllges,
Sozialdezernentin Balingen

11.00 Uhr / Vortrag

„Burnout – und dann?“ Wie das Leben nach der Krise weitergeht

Carola Kleinschmidt,
Diplombiologin, bekannte Autorin,
Journalistin und Referentin



12.15 Uhr

Pause mit Möglichkeit zum Mittagessen

13.15 Uhr / Vortrag

„Embodiment“ – wie wir die Wechselwirkung von Körper und Seele verstehen und nutzen können

Dr. Johannes Hub,
Chefarzt Psychosomatische Medizin
und Psychotherapie, Vinzenz von Paul Hospital



14.15 Uhr

Möglichkeit zu Kaffee, Kuchen und Information

15.30 Uhr

Theater Knotenpunkt – Mittendrin und voll im Nebel

Auf der Suche nach einem gesunden Umgang mit der Depression

17.15 Uhr

Schlusswort und Ausklang