

Foyer	Raum E 01	Raum 1 01	Raum 1 03	Raum 5 01
Markt der Möglichkeiten von 10:00 bis 15:00 Uhr im Foyer im Erdgeschoss!	10:15 Uhr Begrüßung und Eröffnung im Raum E 01			
	10:25 – 11:00 Uhr: Depression – ein Überblick <i>Dr. Wolf-Dietrich Braunwarth</i>			
	11:00 Uhr: Grußwort von Dr. Peter Pluschke Referent für Umwelt und Gesundheit der Stadt Nürnberg Symposium der Nürnberger Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie: Essen wir uns depressiv? – Depression und Ernährung – <i>Prof. Dr. Thomas Hillemacher</i> Smartphone-Apps zur digitalen Unterstützung der Depressionsbehandlung - <i>Dr. Christian Aljoscha Lukas</i> Depression und Psychotherapie im Alter – <i>Stefanie Wanner</i>	11:00 – 12:00 Uhr: „Grau ist keine Farbe“ Film über Depression bei Jugendlichen <i>MovieJam Studios</i> Moderation: <i>Klaus Weckwerth</i>	11:00 – 11:50 Uhr: Sinnliche Körpererfahrung und Stressbewältigung mit TRE® <i>Helmut Rochholz</i>	11:00 – 11:50 Uhr: Mit Yoga und Mantras in den Tag <i>Ilias, Nara & Nikitas Ilias Pantoglou</i>
		12:10 – 13:00 Uhr: Depression bei Kindern und Jugendlichen – Nachbesprechung des Films und Vortrag <i>Philipp Stang</i>	12:00 – 13:00 Uhr: Gesprächsrunde zum Thema: Arbeit und Depression <i>Heike Grethlein</i>	12:00 – 13:00 Uhr: Ganzheitliche Stimmtherapie als körpertherapeutische Intervention bei Depression <i>Helmut Rochholz</i>
Mobile Kurz-massage auf dem Therapiestuhl über den ganzen Tag gegen einen Unkostenbeitrag. <i>Marie-Luise Sorgatz</i>	13:00 – 13:45 Uhr: Mittagspause			13:10 - 13:35 Uhr: Entspannende Phantasiereise in der Mittagspause <i>Susanne Jeschke</i>
	13:45 – 14:50 Uhr: Zwischen zwei Stühlen: Transkulturelle Aspekte der Depression <i>Tiziana Osel</i>	13:45 – 14:50 Uhr: Gleich und Gleich gesellt sich gern – durch gemeinschaftliche Selbsthilfe zu mehr innerer Stärke und Selbstakzeptanz <i>Darja Schneider</i>	13:45 – 14:50 Uhr: Gesprächsgruppe: Welches Gesicht hat meine Depression? <i>Barbara Hauck</i> 12 Teilnehmer	13:45 – 14:50 Uhr: Zapchen somatics Eine Praxislinie mit einfachen Körper- und energetischen Übungen <i>Irene Willuweit</i>
	15:00 – 16:30 Uhr: „Was Sie schon immer über Psychotherapie wissen wollten...“ - Infos und Erfahrungsaustausch über Psychotherapie <i>Alexander Schmelter</i>	15:00 – 16:30 Uhr: Gewaltfreie Kommunikation - Erstes Kennenlernen und Ausprobieren <i>Simone Grallath</i>	15:00 – 16:30 Uhr: „Meine Namensgeschichte“ Biographisch-kreativ <i>Isolde Kohler-Kress</i> 12 Teilnehmer	15:00 – 16:30 Uhr: Qi Gong – Ein Dialog mit der Lebenskraft Übungen zur Pflege von Körper und Geist. <i>Gabriele Constantin</i>
Verkauf von handgemachten Sachen, wie Schmuck, Taschen, sowie anderen Kleinigkeiten.				

Die Veranstaltungen sind kostenlos – Anmeldung ist nicht notwendig. Alle Angaben ohne Gewähr.

Die ReferentInnen am Anti-Depressionstag:

Dr. Wolf-Dietrich Braunwarth, Oberarzt am Klinikum am Europakanal, Erlangen; 1. Vorsitzender des „Nürnberger Bündnis gegen Depression e.V.“ *

Gabriele Constantin, Lehrerin für Tai-Chi Chuan und Qi Gong, Heilpraktikerin für Psychotherapie *

Simone Grallath, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Systemische Organisationsentwicklung und Change-Management (isb Wiesloch)

Heike Grethlein, Dipl.-Sozialwirtin, Coach, Gesundheitsmanagement, Fürther Bündnis gegen Depression e.V.

Barbara Hauck, Pfarrerin, Leiterin der Beratungsstelle „Offene Tür – Cityseelsorge an St. Jakob“

Prof. Dr. Thomas Hillemacher, Chefarzt der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Klinikum Nürnberg

Susanne Jeschke, Dipl.-Psychologin, Frankenalbkl. Engelthal *

Isolde Kohler-Kreß, Dipl.-Sozialwirtin, Erwachsenenbildnerin, Malerin

Evelyn Kretzschmar, Dipl.-Sozialpädagogin am Klinikum Nürnberg, Koordinatorin des „Nürnberger Bündnis gegen Depression e.V.“ *

Dr. Christian Aljoscha Lukas, Psychologin, FAU Erlangen-Nürnberg, Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie; Psychotherapeut i.A.

MovieJam Studios, Filmemacher, Taufkirchen

Tiziana Osel, Psychologin MSc, Psychotherapeutin i.A., „Psychologisches Kompetenzzentrum Osel“ in Fürth

Ilias, Nara & Nikitas Ilias Pantoglou, Systemische Aufstellung, Personal Coach, Yoga und Ayurveda

Helmut Rochholz, Körperpsychotherapeut (HPG) in eigener Praxis in Nürnberg *

Alexander Schmelter, Dipl.-Psychologin, psychologischer Psychotherapeut (VT) *

Darja Schneider, B. Ed. Sozialpädagogik, Beraterin bei Kiss Nürnberg-Fürth-Erlangen

Marie-Luise Sorgatz, Krankenschwester, mobile Massage

Philipp Stang (M.A., M.A.), Psychotherapeut für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene in eig. Praxis

Stefanie Wanner, Dipl.-Psychologin, Tagesklinik für seelische Gesundheit im Alter, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Klinikum Nürnberg

Klaus Weckwerth, Dipl.-Sozialpädagoge, Leiter der Abteilung Betreutes Wohnen für psychisch Kranke, Caritas Nürnberg e.V., Vorstand „Nürnberger Bündnis gegen Depression“ *

Irene Willuweit, Gestalttherapeutin, Leiterin von Therapiegruppen im Frauen- und Mädchengesundheitszentrum e.V. (FMGZ)

Anmeldung ist nicht notwendig, Teilnahme kostenlos, Fortbildungspunkte sind beantragt.
Ärztliche Kursleitung: Dr. Wolf-Dietrich Braunwarth

* Nürnberger Bündnis gegen Depression e.V.

Bereits zum insgesamt achtzehnten Mal kann Ihnen das „Nürnberger Bündnis gegen Depression e.V.“ einen Anti-Depressionstag anbieten!

Wie immer sind die Veranstaltungen für Sie kostenlos. Wir bedanken uns bei den Referentinnen und Referenten, die das durch den Verzicht auf Honorar ermöglicht haben, sowie bei den Sponsoren, die anfallende Kosten zum Teil übernommen haben.

Wir bedanken uns auch beim Klinikum Nürnberg und der Stadt Nürnberg für ihre Unterstützung. **Dr. Peter Pluschke wird um 11:00 Uhr ein Grußwort als Vertreter der Stadt Nürnberg sprechen – vielen Dank!**

Auf der Innenseite dieses Flyers sehen Sie das Programm, das wir Ihnen anbieten möchten.

Parallel zu den Veranstaltungen ist von **10:00 – 15:00 Uhr** im Foyer im Erdgeschoss ein „Markt der Möglichkeiten“ aufgebaut, an dem sich Einrichtungen der Region vorstellen, bei dem Sie sich beraten lassen und miteinander in Kontakt kommen, aber auch von Betroffenen selbst hergestellte Sachen kaufen können.

Kontakt:

Nürnberger Bündnis gegen Depression e.V.

Evelyn Kretzschmar

Breslauer Str. 201, F. 01, 90471 Nürnberg

Tel. 0911 / 398-37 66, Fax 0911 / 398-69 55

buendnis-depression@klinikum-nuernberg.de

Bankverbindung: Spardabank Nürnberg

IBAN: DE31 7609 0500 0002 8292 82

Mit freundlicher Unterstützung durch:



Klinikum Nürnberg

Wir sind für Sie da!

nürnberger
bündnis
gegen

DEPRESSION

18. Anti- Depressionstag

**Gesichter
der Depression**

Nürnberger Bündnis
gegen Depression e.V.

12. Oktober 2019
10:00 – 16:30 Uhr
eckstein – haus der evang.-
luth. kirche, Burgstr. 1 – 3,
Nürnberg