



FREM D
VERTRAUT

Woche der seelischen Gesundheit

* 16. - 22. Oktober 2017 in Jena *

Über die Organisatoren

Akteure aus dem Gemeindepsychiatrischen Verbund (GPV) Jena:



Sozialpsychiatrischer Dienst Jena



Aktion Wandlungswelten



Diakonie Ostthüringen



IKOS Jena, Vertreter aus dem Bereich der Selbsthilfe

Gemeindepsychiatrischer Verbund Jena

Im Oktober 2014 wurde in Jena ein Gemeindepsychiatrischer Verbund (GPV) gegründet. Diesem gehören Vertreter*innen der Betroffenen und der Angehörigen psychisch kranker Menschen sowie alle Institutionen und Einzelpersonen an, die Hilfen für diese Personen anbieten bzw. erbringen.

Die Verbundpartner*innen arbeiten zusammen mit dem Ziel, die Versorgung vor Ort weiterzuentwickeln und bedarfsgerechte Hilfen für psychisch erkrankte, suchtkranke, seelisch behinderte oder von psychischer Erkrankung/seelischer Behinderung bzw. Suchterkrankung bedrohte Bürger*innen Jenas bereitzustellen.

Ziel des GPV ist auch, die Prävention im Bereich psychischer Erkrankungen/seelischer Behinderungen voranzutreiben. Die Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft (PSAG) als fachliches Gremium wurde Teil des Verbundes.

Aus der PSAG ging vor fünf Jahren der Verein „Woche der seelischen Gesundheit Jena e. V.“ hervor, um den Abbau von Stigmatisierung psychisch kranker Menschen voranzutreiben und ein Verständnis für psychische Erkrankungen in der Öffentlichkeit zu fördern. Nach Auflösung des Vereins Ende 2015 gibt es weiterhin eine Gruppe von Mitgliedern aus der PSAG sowie der Selbsthilfe, die in Kooperation mit dem Fachdienst Gesundheit der Stadt alljährlich im Oktober die Woche der seelischen Gesundheit vorbereiten will. Diese soll in bewährter Weise als festes Angebot mit wechselnden Themen bestehen bleiben.

Kontakt PSAG Jena über:

psag-jena@web.de

Kontakt Vorbereitungsgruppe Woche der seelischen Gesundheit über:

psag-jena@web.de; spdi@jena.de

zfsg-jena@diako-thueringen.de

Grußwort des Oberbürgermeisters der Stadt Jena



**Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Besucherinnen und Besucher,**

die nunmehr neunte Jenaer Woche der seelischen Gesundheit steht unter dem Motto „**Fremd... Vertraut**“.

Damit rücken die Veranstalter Erfahrungen von Fremdheit und Vertrautheit gegenüber der eigenen Person sowie gegenüber anderen Menschen und der eigenen Umgebung in den Fokus, um der Frage nachzugehen, wie sich derartige Gefühle auf das seelische Befinden auswirken und welche Zusammenhänge mit entsprechenden Erkrankungen bestehen können. Die diesjährige Aktionswoche nimmt sich damit eines Themas an, mit dem viele Menschen schon einmal konfrontiert waren. Das Programm enthält viele Angebote, sich den damit verbundenen Fragen anzunähern und Wege zu finden, mit den entsprechenden Gefühlen umzugehen.

Ich möchte mich sehr herzlich bei allen Mitwirkenden bedanken, die diese Woche mit ihren Beiträgen so reich gestaltet haben. Die Jenaer Woche der seelischen Gesundheit ist in unserer Stadt fest etabliert und ein Angebot, das unsere Stadt bereichert. Ich wünsche den Veranstaltern gutes Gelingen und den Gästen gute Gespräche und viele spannende Eindrücke!

Ihr

Dr. Albrecht Schröter

Die Woche der seelischen Gesundheit 2017 in Jena wird unterstützt von:



Aktion Wandlungswelten Jena



Café OK Jena



Ernst-Abbe-Bücherei
www.stadtbibliothek.jena.de



Ernst-Abbe-Hochschule Jena



IKOS Jena
Beratungszentrum für Selbsthilfe
Träger: AWO KV Jena-Weimare.V.



Kino am Markt



Kino im Schillerhof
www.schillerhof.org/



Klinik für Kinder- und Jugend-
psychiatrie, Psychosomatik
und Psychotherapie am
Universitätsklinikum Jena



Stadt Jena, Stadtverwaltung
Fachdienst Gesundheit



Zentrum für seelische Gesundheit
DO Diakonie Ostthüringen
gGmbH

„Wir müssen verstehen, was wir erleben, um unsere Erfahrungen in unser normales Leben integrieren, um anderen ein Verständnis vermitteln zu können.“

Dorothea Buck

Ehrevorsitzende des Bundesverbandes Psychiatrie-Erfahrener

Die Woche der seelischen Gesundheit 2017 findet in Jena dieses Jahr zum neunten Mal statt. Organisiert von Mitgliedern der „Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft (PSAG) Jena“, hat sie das Anliegen, die Öffentlichkeit zu den verschiedensten Aspekten von „seelischer Gesundheit“ zu informieren und Möglichkeiten zu bieten, um darüber in Austausch zu kommen.

Die Vorbereitungsgruppe hat die diesjährige Woche in Jena unter das Motto **„Fremd... Vertraut“** gestellt. Der inhaltliche Schwerpunkt beschäftigt sich dabei mit den Themen der Fremdheit und/oder Vertrautheit in Bezug auf die eigene Person, gegenüber unseren Mitmenschen und in Bezug auf unsere Umgebung und seelischen Erkrankungen bzw. seelischem Befinden im Allgemeinen.

Wir nehmen uns eine Woche lang Zeit, uns gemeinsam auf die Suche zu begeben und Fragen zu beantworten ...

- Welche Umstände lösen in uns Gefühle von Fremdheit / Vertrautheit aus?
- Wie gehen wir mit diesen Gefühlen um?
- Wann werde ich mir selbst fremd?
- Wie viel Vertrautheit brauchen wir im Umgang mit unseren Mitmenschen?
- Wie finden wir nach Krisen/Erkrankungen wieder Vertrauen im Alltag?
- Was macht den Reiz des Fremden aus?
- Wie können Gemeinschaften einen vertrauten Rahmen für Ihre Mitglieder entwickeln?
- Verlieren wir durch gesellschaftliche Entwicklungen und zunehmende Beschleunigung von Veränderungen Vertrautheit?
- Wo sind Verbindungen zu anderen zentralen Themen wie Familie/Kultur/Heimat?

Im vorliegenden Flyer finden Sie verschiedene Veranstaltungen, die sich auf unterschiedliche Art und Weise diesem und anderen Themen der psychosozialen Gesundheit widmen.

Das ganze Programm finden Sie auch im Internet unter:
www.aktionswoche.seelischegesundheit.net

Montag, 16. Oktober

13:00 - 15:30 Uhr

Soziale Kompetenzen

Der Wunsch nach stabilen Beziehungen liegt uns Menschen in der Natur. Bis heute hat dies nicht an Aktualität verloren. Ob die privaten Beziehungen zum Partner, den Kindern oder eine gesunde Basis im beruflichen Kontext - ein harmonisches Miteinander ist uns förderlich.

Doch wie gestalte ich positive Kontakte? Welche sozialen Kompetenzen sind Voraussetzungen?

Wir wollen Grundlagen beleuchten und laden Sie ein, Erfahrungen auszutauschen. Akzeptanz und Konfliktfähigkeit sind aktuelle Schlagwörter und wir wollen diese Begriffe mit Inhalten füllen.

Referentinnen: Claudia Genzel, Logopädin und Carmen Hensel, Ergotherapeutin

Veranstalter: Logopädie Claudia Genzel und Ergotherapie Carmen Hensel

Veranstaltungsort: Fritz-Ritter-Straße 40, 1. OG (Lobeda-West)

14:00 - 17:00 Uhr

Erwerbslosigkeit und Gesundheit

- Impulse für mehr Wohlbefinden -

Der Workshop soll Raum bieten für einen Austausch über den Zusammenhang von Erwerbslosigkeit und Gesundheit. Ausgehend vom Blick auf die Bedeutung der Erwerbsarbeit und den daraus folgenden Funktionen in unserer Gesellschaft schauen wir uns die Auswirkungen der Erwerbslosigkeit näher an.

Wie wir diesen Auswirkungen begegnen können und unser gesundheitliches Wohlbefinden stärken, soll im zweiten Teil des Workshops näher beleuchtet werden.

Durch praktische Übungen erhalten Sie zahlreiche Anregungen zur Steigerung Ihres Wohlbefindens.

Referentin: Katrin Fidelak, Projekt TIZIAN plus

Veranstalter: ÜAG gGmbH Jena

Veranstaltungsort: ÜAG gGmbH, Holzmarkt 9 (4. Etage)

 *st man sich selber fremd,
dann ist man auch
den anderen entfremdet.*

Anne Morrow Lindbergh

14:30 - 17:00 Uhr

„Komm! ins Offene, Freundin!“ - Gesprächsrunde & Workshop

Dieser Workshop ist eine Einladung an Frauen, sich ins Offene/Unbekannte zu trauen ... neue Wege zu gehen ... alte Pfade und Muster zu verlassen. Was lockt mich zu neuen Erfahrungen und Herausforderungen? Was hält mich zurück in den vertrauten „vier Wänden“?

Wir wollen gemeinsam und zugleich jede für sich in einem geschützten Rahmen herausfinden, welche Möglichkeiten und Erfahrungen uns dieses Leben (noch) bietet und wie wir uns vertrauensvoll der Fremde öffnen könn(t)en.

Hinweis: (ausschließlich) für Frauen, Anmeldung erwünscht

Veranstalter: Frauenzentrum TOWANDA Jena e. V.

Veranstaltungsort: Frauenzentrum TOWANDA Jena e. V.,
Wagnergasse 25

16:00 - 17:30 Uhr

Ausstellungseröffnung „Ganz schön krank“

Die Ausstellung „Ganz schön krank“ zeigt Porträts von Menschen, die mit einer chronischen Erkrankung leben und erzählt deren Geschichten. Die Passauer Fotografin Andrea Krüger will auf diese Weise zeigen, dass „kranke Menschen schön sein dürfen und schöne Menschen krank sein können“.

Die Ausstellung soll den Betrachter anregen, auch hinter die Fassade zu schauen und zu entdecken, wie Menschen mit schweren Erkrankungen umgehen und welche Wege trotz oder auch wegen der Krankheit möglich sind.

Die Ausstellung kann vom 16. Oktober bis zum 26. Januar zu den Öffnungszeiten des Café 13 besichtigt werden.

Veranstalter: Zentrum für seelische Gesundheit

Veranstaltungsort: Zentrum für seelische Gesundheit,
Neugasse 13

18:00 - 19:30 Uhr


Meine Heimat ist das Jetzt.

- Über Fremdheit und Vertrautheit hinaus - Autor: Raul Jordan

Der Autor liest drei Kurzgeschichten zum Thema „Fremd...Vertraut“ aus seinem Buch „In Minuten um den Globus“ vor.

Im Anschluss daran können in einer Gesprächsrunde mit dem Autor u. a. folgende Fragen diskutiert werden: „Können wir über Fremdheit und Vertrautheit hinausgehen?“, „Können wir uns von dieser Denk- und Fühlweise vollkommen befreien?“

„Auf eine Weltreise im Handumdrehen, dazu lädt ‚In Minuten um den Globus‘ ein. Für jeden Staat steht eine Geschichte, die in wenigen Minuten gelesen werden kann.“



Der Leser reist um die ganze Erde von der Wiege der menschlichen Kultur im Orient, wo das Buch beginnt, bis hin zur Wiege der menschlichen Natur in Afrika, wo es endet. Lakonisch, heiter, nachdenklich und vor allem optimistisch dem Leben zugewandt, so spricht es aus allen Geschichten, ob die Protagonisten aus Kanada oder Kambodscha, aus Chile oder China kommen.



Der Leser hetzt aber nicht von einem Schauplatz zum nächsten. Vielmehr begibt er sich auf eine Wanderung in seinem eigenen Tempo, die Horizonte öffnet und letztendlich nur ein Ziel hat: das Unterwegssein. Eine in diesem Umfang vielleicht sogar weltweit einzigartige Kurzgeschichtensammlung von einem einzelnen Autor. Zauberhafte Geschichten, Parabeln und Gleichnisse für Kopf und Herz.“

Umschlagtext aus dem Buch „In Minuten um den Globus“

Veranstalter: Raul Jordan

Veranstaltungsort: Gemeinschaftsraum der ASB-Sozialstation Jena-Winzerla, Schomerusstraße 13



18:00 - 20:00 Uhr

Dialog - Jena

**(Betroffene - Angehörige - Profis)
"Psychiatrie ist dialogische Psychiatrie - oder sie ist keine Psychiatrie" ...**

Wir, Experten durch Erfahrung und Experten durch Ausbildung und Beruf, laden Sie herzlich zur Auftaktveranstaltung des "Jenaer - Dialog", in Kooperation mit dem EX-IN Landesverband Thüringen e. V., ein.



Es ist uns ein Anliegen, ab Oktober 2017 in Jena ein monatliches Dialog-Forum zu etablieren, wie es dieses in Form von Psychoseminaren und anderen Dialogprojekten vielfach in Deutschland vertreten gibt.

Dialog im psychiatrischen Kontext bedeutet, einen Ort der Begegnung zu schaffen, der von Respekt für das jeweils andere in einer gleichberechtigten Partnerschaft gekennzeichnet ist. Die Trias aus von psychischer Krankheit Betroffenen, Angehörigen und Professionellen trägt die Chance inne, sich als Experte in eigener Sache auf Augenhöhe in einer mehrperspektivischen Beziehungsarbeit im Verstehen psychischer Erkrankungen zu begegnen.

Die weiteren Dialog-Veranstaltungen finden i. d. R. immer am 1. Montag des Monats im Volksbad Jena, Knebelstraße 10, 18:00 - 19:30 Uhr, statt.

Veranstalter: Dialog-Jena (www.dialog-jena.de) und EX-IN Landesverband Thüringen e. V.

Veranstaltungsort: Volkshaus Jena, Raum 10 (Ebene des Lesesaals der Ernst-Abbe-Bibliothek), Carl-Zeiss-Platz 15

18:00 - 20:00 Uhr

Tief verbunden mit mir selbst wird die Begegnung mit anderen zu einem Geschenk - Klang-Workshop

In diesem Workshop werden wir die Klangschalen als Mittler und Verbündete einsetzen. Wir werden die Klangschalen spielen und den Tönen lauschen. Die Teilnehmer*innen bekommen die Möglichkeit, sich selbst etwas Gutes zu tun. Gleichzeitig entsteht ein Raum, „der die Seele zum Schwingen bringt“ und uns so mit unseren Mitmenschen verbindet, über Sprach- und sonstige Barrieren hinaus.

„Der Ton der Klangschale berührt unser Innerstes, er bringt die Seele zum Schwingen.“ Peter Hess

Teilnehmergebühr: 12 € (Teilnahme nur nach verbindlicher Anmeldung, max. 12 Teilnehmer*innen)

Anmeldung: buero@gabriele-ludek.de oder Tel.: 03641 422347

Referentin: Gabriele Ludek, zertifizierte Klangmassagepraktikerin und Klik-Expertin

Veranstalter: KlangRaum Jena

Veranstaltungsort: Seminarräum Löbstedt, Weidenweg 4

19:00 - 21:00 Uhr

„Der Mensch, der mir vertraut war, ist mir so fremd geworden“ (Ein Gespräch über Befremdliches in der Partnerschaft)

Wenn zwei Menschen die Liebe zueinander entdecken, gehen sie auf einen ungeahnten Erfahrungsweg. Sie nehmen so viel Vertrautes wahr und auch überraschend Interessantes. Oft kommt nach geraumer Zeit auch Irritierendes und Befremdliches zum Vorschein. Was wird aus der einstigen Nähe? Haben sie etwas übersehen? Wenn sich die Beiden miteinander anschauen, wie alles gekommen ist und was sie daraus machen können, was geschieht dann?

Referenten: Monica Streicher-Pachmann, Dipl.-Sozialpäd. und Systemische Familientherapeutin (DGSF)
sowie Gerhart Streicher, Dipl.-Theol. und Systemischer Familientherapeut (DGSF)

Veranstalter: Beziehungswerkstatt Jena

Veranstaltungsort: Beziehungswerkstatt Jena,
Ludwig-Weimar-Gasse 1

Dienstag, 17. Oktober

10:00 Uhr

Seniorenkino: „Der wunderbare Garten der Bella Brown“ (Großbritannien 2017, Regie: Simon Aboud)

Bella (Jessica Brown Findlay) liebt die kleinen Dinge, die ihre Phantasie beflügeln, und träumt davon, Kinderbücher zu schreiben. Im echten Leben und in ihrem Haus aber liebt sie Ordnung über alles. Natur ist ihr ein Graus, bedeutet sie doch Willkür und Chaos. Als sie von ihrem Vermieter gezwungen wird, ihren verwilderten Garten innerhalb eines Monats in einen blühenden zu verwandeln, weil ihr sonst die Kündigung droht, bekommt sie unerwartet Hilfe von ihrem mürrischen Nachbar Alfie Stephenson (Tom Wilkinson).

Der besitzt nicht nur einen sehr grünen Daumen und eine Menge Lebensweisheit, er beschäftigt auch den überaus begabten Koch Vernon (Andrew Scott). Doch Vernon ist nicht nur kulinarisch versiert, er hat außerdem ein besonderes Gespür für Menschen. Als er merkt, wie sehr Bellas Herz für den jungen Erfinder Billy (Jeremy Irving) schlägt, hilft er dem Glück ein wenig auf die Sprünge.

(Quelle: www.bellabrown-derfilm.de)



Veranstalter: Vorbereitungsgruppe zur Woche der seelischen Gesundheit Jena

Veranstaltungsort: Kino im Schillerhof, Helmboldstraße 1

Eintritt: 5 €

13:00 - 17:00 Uhr

Nachmittag der offenen Tür bei REFUGIO Thüringen

Interessierte können unser multiprofessionelles Team aus einer Ärztin, approbierten Psycholog*innen und Psychotherapeut*innen, Sozialarbeiter*innen, Kunst- und Körpertherapeut*innen, geschulten Dolmetscher*innen und verschiedenen Projektmitarbeiter*innen kennenlernen, einen Einblick in deren Arbeit erlangen und miteinander ins Gespräch kommen. Schwerpunkt ihrer Arbeit ist die Beratung und die kultursensible psychotherapeutische Behandlung von Traumafolgestörungen bei Kindern, Jugendlichen, darunter viele unbegleitete minderjährige Flüchtlinge, sowie bei erwachsenen Geflüchteten aus ganz Thüringen.

Veranstalter: REFUGIO Thüringen - Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge

Veranstaltungsort: REFUGIO Thüringen, Lassallestraße 8

17:00 - 19:00 Uhr

Fotoausstellung:

„Nur einen Augenblick - Demenz begegnen“

Rundgang und Gespräch mit der Fotografin Tina Peißker sowie Mitarbeiter*innen des Projektes „Paten für Demenz“

Demenz im Alltag - das ist etwas, dessen Komplexität für Außenstehende nur schwer (be)greifbar ist. Vieles, was über Jahrzehnte vertraut war, wird fremd. Diese Fotoausstellung möchte das „Unsichtbare sichtbar“ machen, den Alltag mit Demenz nahe bringen und das würdigen, was alle Beteiligten Tag für Tag leisten.

Veranstalter: Tausend Taten e. V.


Veranstaltungsort: Kulturkirche Löbstedt, Am Teich

17:00 - 20:00 Uhr

Gespräch in Bewegung

Der Mensch ist ein homo viator. Im Gehen, in der Natur und auf Reisen nähert er sich seiner Identität. Fragen zu Fremden und Vertrauten, zu Vergangenen und Werdendem tauchen hier in einer Klarheit auf, der man im Alltag oft entfliehen kann.

Auf einem Spaziergang werden wir diesen Fragen nachgehen, sie miteinander lösen und bei einem Picknick neue formulieren. Sie können Ihre Fragen und Antworten mitbringen! Erkenntnisse aus Kulturwissenschaften, Naturpsychologie, Promenadologie u. a. m. werden uns helfen – letztlich aber machen dies der Gang und das Gespräch.



Mitzunehmen sind: Rucksack, bestes Essen, Wasser, Decke/Sitzgelegenheit, Besteck, Tasse, wetterangepasste Kleidung.

Treffpunkt: Haltestelle Jenertal / bzw. gegenüber Richtung Kernbergstraße

Veranstalter: Polten Wanderwelten

18:00 - 20:30 Uhr

„Das falsche Leben“

- Vortrag von Dr. Hans-Joachim Maaz

Dr. Hans-Joachim Maaz stellt sein neues Buch „Das falsche Leben“ vor mit anschließender Diskussion.

Ein Normopath ist stets normal und angepasst, sein Verhalten überkorrekt und überkonform. Die Zwanghaftigkeit, mit der er den Erwartungen entspricht, verrät indes, dass er ein falsches, ein unechtes Leben führt. Krank ist nicht nur er, sondern vor allem die Gesellschaft, in der er lebt und deren Anpassungsdruck er sich unterwirft - bis er die Gelegenheit gekommen sieht, seine aufgestaute Wut an noch Schwächeren oder am "System" abzureagieren.



Der Hallenser Psychoanalytiker und Psychiater Hans-Joachim Maaz nimmt in seinem neuen Buch Phänomene wie Pegida und AfD, den zunehmenden Hass auf Ausländer, aber auch die Selbstgerechtigkeit der politischen Elite zum Anlass, ein konturscharfes Bild unseres falschen Lebens zu zeichnen, in dem wir uns lange eingerichtet haben und aus dem uns nun die zunehmende Polarisierung und Barbarisierung unserer sozialen und politischen Verhältnisse herausreißt. Das falsche Leben ist das Buch zur Stunde - Augen öffnend und alles andere als Mainstream. (Quelle: amazon)

Referent: Dr. Hans-Joachim Maaz,
Halle/Saale

Veranstalter: IKOS Jena - Beratungszentrum für Selbsthilfe;

Träger: AWO KV Jena-Weimar e. V.

Veranstaltungsort: Freie Ganztagschule LEONARDO - Gemeinschaftsschule -;

Träger: AWO KV Jena-Weimar e. V.
Marie-Juchacz-Straße 1



Mittwoch, 18. Oktober

9:00 - 10:00 Uhr

Oase der Ruhe - Workshop

Entspannt, erfrischt und gut gelaunt in den Tag!

Einfache und angenehme Entspannungsübungen, Körperarbeit, Meditation und Austausch.

Hinweis: (ausschließlich) für Frauen, Anmeldung erwünscht

Veranstalter: Frauenzentrum TOWANDA Jena e. V.

Veranstaltungsort: Frauenzentrum TOWANDA Jena e. V.,
Wagnergasse 25

9:30 - 11:30 Uhr

Wohnformen im Alter - Angebote in Jena

Vertrauen - sich sicher und gut versorgt fühlen. Wohnen im vertrauten Umfeld hat besonders im Alter einen hohen Stellenwert. Manchmal erfordern aber veränderte Lebensumstände einen Umbau oder sogar einen Umzug und wir müssen uns erneut vertraut machen. Dabei hilft die Vielfalt an Wohnformen im Alter, die in den letzten Jahren stark zugenommen hat. Wir möchten Ihnen diese Vielfalt der Angebote in Jena gern vorstellen, sowie Möglichkeiten der Anpassung Ihrer bisherigen Wohnung an veränderte Bedürfnisse aufzeigen.

Referentin: Eva-Maria Voigt (Wohnberatung Jena)

Veranstalter: Evangelische Erwachsenenbildung - Mittwochkreis

Veranstaltungsort: Lutherhaus, Hügelstraße 6A



10:30 - 12:00 Uhr

„Was ich sehe, kannst Du fühlen!“

Rundgang mit Ursula Greger zu Sehenswürdigkeiten im Zentrum der Stadt

Für Menschen mit einer Seheinschränkung bleiben viele kulturelle Kostbarkeiten unserer Stadt leider verborgen. Diese Stadtführung wird Ihnen mithilfe von Tastkarten und Brailleschrift neue Ein-Blicke geben.

Sehende sind ebenso herzlich willkommen. Was Ihnen bisher noch „fremd“ erschien, ist Ihnen nach dem Rundgang vielleicht „vertrauter“...



Veranstalter: IKOS Jena - Beratungszentrum für Selbsthilfe;
Träger: AWO KV Jena-Weimar e. V.

Treffpunkt: am Hanfried direkt auf dem Jenaer Markplatz

15:00 Uhr

„Fremd und Vertraut“ - eine Szenencollage

Veranstalter: Theatergruppe „Weltenwandler“

Veranstaltungsort: Tageszentrum Schenkstraße 21 (3. OG rechts)

15:00 - 16:00 Uhr

Schlafstörungen, Ängste und chronische Schmerzen – psychische Probleme im höheren Lebensalter

Obwohl psychische Störungen über die gesamte Lebensspanne annähernd gleich verteilt sind, suchen und bekommen ältere Menschen deutlich seltener psychotherapeutische Unterstützung als jüngere. Daher bietet die Ambulanz für Forschung und Lehre in Jena einen Behandlungsschwerpunkt für ältere Patient*innen an. In dieser Veranstaltung wird ein Überblick über häufige psychische Probleme im Alter und wirksame Behandlungsmöglichkeiten gegeben. Für Teilnehmer*innen besteht zudem die Möglichkeit, Fragen zu stellen, die Ambulanz kennenzulernen und ggf. einen Erstgesprächstermin zu vereinbaren.

Referentin: Ulrike Thiele, Dipl. Psychologin

Veranstalter: Ambulanz für Forschung und Lehre - Institut für Psychologie, Friedrich-Schiller-Universität Jena

Veranstaltungsort: Ambulanz für Forschung und Lehre,
Am Johannisfriedhof 3
(Seminarraum 1)



**Letztendlich sind wir Fremde
auf dieser Erde, und es liegt an uns,
den Versuch zu wagen, es nicht zu sein.**

Elie Wiesel

19:00 - 21:30 Uhr

Dokumentarfilm:

„Himmel und Mehr - Dorothea Buck auf der Spur“

(D 2003-2008, Regie: Alexandra Pohlmeier)

„Himmel und mehr“ zeigt Leben und Werk der hochbetagten Bildhauerin Dorothea Buck.

1917 geboren gerät Dorothea Buck mit neunzehn Jahren in eine schwere psychische Krise. Die ärztliche Diagnose Schizophrenie stempelt sie im Dritten Reich als minderwertig ab, gemäß dem Erbgesundheitsgesetz wird sie 1936 zwangssterilisiert. Einige Jahre später entgeht sie nur knapp der „Euthanasie“. Entgegen der ärztlichen Unheilbarkeitsprognose versucht Dorothea Buck zu verstehen, was sie in die Psychose getrieben hat und entwickelt eine eigene Theorie ihrer Erkrankung. So findet sie schließlich den Schlüssel zur Heilung. Untrennbar damit verbunden ist ihre Entwicklung zu einer ausdrucksstarken und vielfach ausgezeichneten Bildhauerin.



Die Regisseurin Alexandra Pohlmeier hat Dorothea Buck zwischen 2001 und 2008 regelmäßig in ihrer Hamburger Atelierwohnung besucht und auf ihren Reisen begleitet, um diese große Lebenserzählung festzuhalten. Ergänzt wird sie durch die Außenperspektive der jüngeren Schwester, die ein Schlaglicht auf die Rat- und Hilflosigkeit von Angehörigen psychisch Erkrankter wirft. Akzentuiert eingeschnitten zeugt Dorothea Bucks bildhauerisches Schaffen von einer außerordentlich kraftvollen Persönlichkeit.

„Himmel und mehr“ ist ein Film über eine mutige Frau - ein Film, der Mut macht.

Stimmen zum Film:

„Nur 90 kurze Minuten dauert dieser Film. Doch über sieben lange Jahre hinweg hat die Filmemacherin Alexandra Pohlmeier die „Grande dame“ der Deutschen Psychiatrie-Erfahrenen-Bewegung immer wieder besucht, und sich die ergreifende Geschichte ihres Lebens berichten lassen. Entstanden ist ein kurzweiliges, sehr beeindruckendes Porträt...“

Ilse Eichenbrenner, mehr (www.psychiatrie.de)

„Da ist ein im tiefsten Sinne schöner Film entstanden. Am meisten beeindruckten mich Ihre Menschlichkeit, Ihr Humor und Ihre Kunst.“
Brief an die Protagonistin

„Ich hoffe, dass noch viele Menschen den Film sehen und erleben. Er macht Mut.“
Psychosoziale Umschau

Im Anschluss an den 90-minütigen Film findet eine Gesprächsrunde statt. U. a. sprechen die Regisseurin Alexandra Pohlmeier und Frau Theml über die persönliche Begegnung mit Dorothea Buck vor deren 100. Geburtstag.

Eintritt: 8,50 € (ermäßigt 7,50 €)

Veranstalter: Vorbereitungsgruppe zur Woche der seelischen Gesundheit Jena

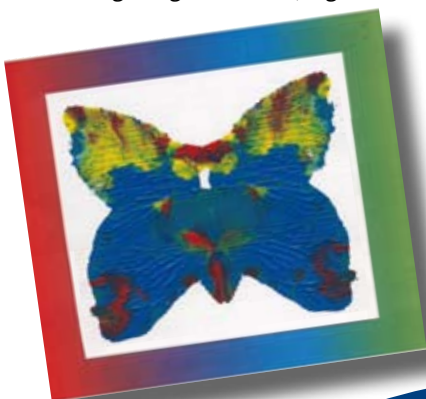
Veranstaltungsort: Kino im Schillerhof, Helmboldstraße 1

19:00 - 21:00 Uhr

„Und draußen weht ein fremder Wind...“ Über die Meere ins Exil – Lesung mit Kristine von Soden

Von den Nationalsozialisten verfolgt, verließen sie ihre Heimat und machten sich auf in die Fremde: nach Palästina, Amerika, Südafrika oder Shanghai. Die Wege jüdischer Emigrantinnen, unter ihnen die Schauspielerin Lilli Palmer, die Schriftstellerinnen Mascha Kaléko und Anna Seghers, die Ärztin Hertha Nathorff und die Künstlerin Anna Frank-Klein, zeichnet Kristine von Soden anhand von Tagebucheinträgen, Briefen und Gedichten sowie zahlreichen unveröffentlichten Dokumenten nach.

Facettenreich und lebendig beschreibt die Autorin Fluchten jüdischer Frauen von 1933 bis zum Ausreiseverbot 1941 – gelungene wie tragisch gescheiterte, legale wie illegale.



Referentin:

Kristine von Soden

Veranstalter: Frauenzentrum TOWANDA Jena e. V. in Kooperation mit der Landeszentrale für politische Bildung Thüringen

Veranstaltungsort: Frauenzentrum TOWANDA Jena e. V., Wagnergasse 25

*N*ichts kann den Menschen
mehr stärken als das Vertrauen,
das man ihm entgegenbringt.

A. von Harnack

Donnerstag, 19. Oktober

10:00 - 12:00 Uhr

Auf Vertrautes bauen und Fremdes entdecken: „Sinnes-Rallye mit (Ergo)Effekt“

Kommen Sie mit dem Team des BTZ auf eine kleine Reise in die „Fremde“ Ihres Körpers, der Ihnen vertraut zu sein scheint. Entdecken Sie Ihre Fähigkeiten von einer neuen Seite.

Wir begrüßen Sie mit einem Sinnesparcours, Entspannungsangeboten und fremden und vertrauten Erfrischungen.

Veranstalter: Fortbildungsakademie der Wirtschaft (FAW) gGmbH

Berufliches Trainingszentrum (BTZ)

Veranstaltungsort: Berufliches Trainingszentrum (BTZ), Columbus Center, 3. OG, Ergotherapiepraxis „ErgoEffekt“

14:00 - 16:00 Uhr

MotionComposer - Bewegung wird zu Musik

Der MotionComposer ist ein Gerät, welches mithilfe von zwei Kameras Bewegungen einfängt und in Musik umwandelt. Gerade bewegungseingeschränkten Menschen wird damit die Möglichkeit gegeben, sich auszudrücken, da die kleinste Bewegung ausreicht, um Musik zu erzeugen.

Veranstalter: Grenzenlos e. V. - Verein für behinderte Menschen und Menschen in Notsituationen

Veranstaltungsort: Grenzenlos e. V., Rathausgasse 4

15:00 Uhr

„Fremd und Vertraut“ - eine Szenencollage

Veranstalter: Theatergruppe „Weltenwandler“

Veranstaltungsort: Tageszentrum Schenkstraße 21 (3. OG rechts)



**fremd und doch vertraut;
die Beziehung zwischen Mann und Frau.**

Sei Shónagon

16:00 - 18:00 Uhr

Der Gartenhaus-Briefwechsel mit Dorothea Buck, vorgestellt von Christine Theml

Christine Theml, die die Leitfigur der Psychiatrieerfahrenen-Bewegung Dorothea Buck persönlich kennenlernen durfte, liest aus dem Buch „Mit meinen herzlichen Grüßen! Ihre Dorothea Buck – Der Gartenhaus-Briefwechsel“.

In diesem Buch in Dialogform lernen wir Frau Buck in ihrer Weisheit, Klarheit und Güte kennen, immer ermutigend und liebevoll.

Referentin: Christine Theml



Veranstalter: IKOS Jena - Beratungszentrum für Selbsthilfe;
Träger: AWO KV Jena-Weimar e. V.

Veranstaltungsort: Café:ok, Löbdergraben 6

18:00 Uhr

Veranstaltung für Angehörige, Patienten und Interessierte zum Thema „Was ist und wie funktioniert...“

1. ...Kognitive Verhaltenstherapie?
2. ...Tiefenpsychologische Psychotherapie?

„Wer sich in psychotherapeutische Behandlung begeben will, sollte wissen, was er tut und was er zu erwarten hat.“

(K. Jaspers)

Obwohl Psychotherapie seit über 100 Jahren zur Behandlung psychischer Leiden und Erkrankungen angewendet wird, ist vielen Menschen unklar, was Psychotherapie ist und leisten kann. Problematisch dabei ist, dass der Begriff nicht eindeutig definiert und nicht geschützt ist und es verschiedenste psychotherapeutische Verfahren gibt. Zudem sind nicht alle Verfahren wissenschaftlich fundiert, es gibt eine ganze Reihe von Therapie- und Wirkfaktoren und die Therapie kann auch Nebenwirkungen haben.

Daher möchten wir das Thema in unserem Patientenforum aufgreifen und in den beiden Vorträgen zwei bewährte Psychotherapieverfahren vorstellen, für die die Kosten auch durch die Krankenkassen übernommen werden und die damit zu den sogenannten Richtlinienverfahren gehören.

Im Anschluss können Sie gern Ihre Fragen und Probleme mit unseren Fachleuten besprechen.

Referenten: Dr. G. Peikert, Diplom Psychologe und leitender Psychotherapeut
sowie Dr. S. Mohr, Fachärztin für Psychosomatik und Psychotherapie und für Innere Medizin, Oberärztin des AB Psychosomatik

Veranstalter: Universitätsklinikum Jena - Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Veranstaltungsort: Hörsaal der Klinik für Psychiatrie, Philosophenweg 3

18:00 - 20:00 Uhr

„Ungezähmt“ - Buchlesung mit Antje Sommer

Frau Sommer liest aus ihrem Buch „Ungezähmt“ mit Interviews von starken Frauen, die auf ihrem Schicksalsweg zu sich selbst gefunden haben. Die Geschichten sollen Mut machen, der eigenen inneren Stimme zu folgen und sich selbst treu zu bleiben. Nach der Lesung bleibt Zeit für Ihre Fragen, und wir wollen mit Ihnen ins Gespräch kommen.

Die Veranstaltung ist offen für interessierte Frauen und Männer, eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Referentin: Antje Sommer, Autorin, freie Journalistin, Begleiterin durch Lebensprozesse

Veranstalter: Sozialpsychiatrischer Dienst (SPDi)

Veranstaltungsort: Rathausdiele im Historischen Rathaus, Markt 1

18:00 - 21:00 Uhr

„Wo Mut die Seele trägt“ – Frauen und Mädchen in Afghanistan. Fremd oder vertraut?

- Lesung und Gesprächsrunde

Afghanistan: Bilder von Krieg und Gewalt sind in den Medien und in unseren Köpfen ständig präsent. Die Situation der Frauen in Afghanistan ist uns fremd, und sie wandelt sich stetig. Am heutigen Abend stehen uns kompetente afghanische Gesprächspartnerinnen zur Verfügung, um uns mit dem Leben der Frauen in Afghanistan bekannt und vertraut zu machen – u. a. die Autorin Nahid Shahalimi, die in ihrem Buch „Wo Mut die Seele trägt“ afghanische Mädchen und Frauen über ihre Träume, über Mut, Trauer, aber auch Lebensfreude sprechen lässt – authentische und beeindruckende Lebensgeschichten voller Stärke und Zuversicht.

Referentinnen: Nahid Shahalimi (Autorin), Waslat Hazrat Nazimi (Journalistin) und Shakila Ebrahimkhail (Journalistin)

Hinweis: Triggerwarnung - Die Berichte der Frauen von Krieg und Gewalt können Auslösereize für Angst- und Panikgefühle sein. Bitte seien Sie achtsam mit sich selbst!

Veranstalter: Frauenzentrum TOWANDA Jena e. V.

in Kooperation mit EWNT – Eine Welt Netzwerk Thüringen e. V. und Engagement Global

Veranstaltungsort: Frauenzentrum TOWANDA Jena e. V., Wagnergasse 25

Freitag, 20. Oktober

14:30 - 16:30 Uhr

Schreibräume

Dem diesjährigen Motto der Woche der seelischen Gesundheit, „Fremd... Vertraut“ können Sie sich im Zentrum für seelische Gesundheit auf besondere Weise annähern.

Wir rücken das Thema „Schreiben“ in den Fokus und geben Ihnen die Gelegenheit, spielerisch verschiedene Herangehensweisen des schriftlichen Ausdrucks auszuprobieren. Lassen Sie sich ins Reich der Worte entführen und entdecken Sie Ihre eigenen Schreib-Räume.

Sie dürfen sich angesprochen fühlen, ganz gleich, ob Sie sich „nur“ als Einkaufszettelschreiber*in oder Romanautor*in sehen.

Veranstalter: Zentrum für seelische Gesundheit

Veranstaltungsort: Zentrum für seelische Gesundheit,
Neugasse 13

16:00 Uhr

Vortrag und Kurzmeditation - Die Philippi Methode

Wir laden Sie ein, in Vortrag und Kurzmeditation mit uns an folgenden Themen zu arbeiten:

- Wie finde ich wieder zu Vertrauen und Sicherheit?
- Wo bleibt die Kraft, die ich dafür brauche?
- Wie kann ich den Alltag besser meistern?
- Wie erlange ich wieder mehr Lebensfreude?
- Wie kann ich Gesundheit und Wohlbefinden verbessern?
- Wie werde ich ruhiger und gelassener?

Der Vortrag und die Kurzmeditation sind kostenfrei!

17:30 Uhr

Bioenergetische Meditation

Bioenergetische Meditation nach Viktor Philippi.

Gruppenmeditation, 45 min

Teilnehmergebühr: 20 € pro Person

Veranstalter: Philippi –Methode / Bioenergetische Meditation
Dr. Claudia Gluch und Kati Lawatsch

Veranstaltungsort: Zentrum für Familie und Alleinerziehende
e. V., Dornburger Straße 26

17:00 Uhr

„Vorhang Zu!“ – Vorleseprojekt am Freitag

Vorlesen für Kinder zwischen 4 und 8 Jahren, Eltern und Großeltern

„Der schaurige Schusch“ - ein Kinderbuch von Charlotte Habersack übers Andersein und Vorurteile

Die Tiere vom Dogglspitz sind entsetzt, als der Schusch zu ihnen auf den Berg ziehen will. Obwohl sie ihn noch nie gesehen haben, wissen sie genau, wie er aussieht: groß, zottelig und muffig. So einen wollen die Tiere nicht bei sich wohnen haben!



Zur Einweihungsparty traut sich auch nur der Hase. Und er kommt gar nicht wieder...

Da müssen sie doch mal gemeinsam nachsehen, was da passiert ist.

Veranstalter: Ernst-Abbe-Bücherei, JenaKultur

Veranstaltungsort: Ernst-Abbe-Bücherei, Carl-Zeiss-Platz 15

18:00 - 22:00 Uhr

Heimat.LOS!?

Abschlusspräsentation und Ausstellungseröffnung

Was macht uns heimatlos? Wann sagen wir Los! Heimat!?

Und ist unsere Heimat unser unabwendbares Los!?

„Heimat“ ist ein oft ge- und missbrauchter Begriff, geliebt und verachtet. Gerade Menschen, die ihre Heimat verlieren, unfreiwillig aufgeben müssen oder denen sie genommen wird, erinnern uns daran, dass Heimat auch neu gefunden werden kann. Aber: Ob Du Heimat neu finden oder Heimat bieten möchtest, Du musst dazu LOSgehen.

In diesem Projekt fanden künstlerische Workshops statt, in welchen die Teilnehmer eigene Bildwelten zum Thema in all seinen Facetten und Widersprüchen entwickelten. Zusätzlich wurden an prägnanten Stellen in Jena Briefkästen installiert, in die jeder Bürger Heimatpostkarten oder -briefe einwerfen konnte. Diese gehen in eine Kunstperformance am Ende des Projektes ein. Eine deutsch-syrische Band wird diesen Abend musikalisch begleiten.

Veranstalter: Evangelische Erwachsenenbildung Thüringen

Veranstaltungsort: Rathaus am Markt

19:00 - 21:00 Uhr

Tanz der Entfaltung

Workshop: Selbsterfahrung in Tanz und Bewegung

Tanzen setzt Lebensenergie frei und bringt Sie beim Tanz der Entfaltung sich selbst näher – durch eine lebendige Mischung aus kreativem Tanz, Tanztherapie, Improvisation und Achtsamkeitspraxis.

Sie werden unterstützt, sich in Ruhe und Bewegung wahrzunehmen, wertzuschätzen und mit Ihrem Körper spielerisch kreativ zu werden. Ihre innere Wahrheit und Weisheit drückt sich authentisch im Tanz aus – das ist äußerst beglückend, befreiend, erfüllend und stärkend. Ganz für sich und gemeinsam mit anderen ertanzen Sie sich neue Erfahrungsräume, Leichtigkeit, Kraft und Lebensfreude.

Hinweis: (ausschließlich) für Frauen, Anmeldung erwünscht

Referentin: Katrin Mann

Veranstalter: Frauenzentrum TOWANDA Jena e. V.

Veranstaltungsort: Frauenzentrum TOWANDA Jena e. V.,
Wagnergasse 25



*Ich habe ein tiefes Heimweh
nach fremden Ländern.*

Karl August Varnhagen von Ense

Samstag, 21. Oktober

16:00 - 19:00 Uhr

Hauptveranstaltung zur Woche der seelischen Gesundheit 2017 in Jena

Wir laden alle Interessierten zur Hauptveranstaltung der diesjährigen Woche der seelischen Gesundheit ein. Das Spannungsfeld des Themenschwerpunktes „Fremd... Vertraut“ wird an diesem späten Nachmittag durch die Lesung des Autors Hartmut Haker sowie Szenen aus dem Repertoire von „Fritzels Puppentheater“, einer Schüler*innen-Arbeitsgemeinschaft der Grete-Unrein-Schule unter der Regie von Roswitha Schlingelhof, präsentiert.

16:00 Uhr

Begrüßung mit Kaffee und Kuchen

16:30 Uhr

Lesung und Schwarzes Theater

Der Autor berichtet aus seinem Leben und dem Umgang mit der eigenen Erkrankung. Er nimmt uns mit auf seinem Weg durch die Fremdheit, die zu Beginn der Diagnose allgegenwärtig war und lässt uns daran teilhaben, was ihm geholfen hat, heute ein „recht normales“ und sozusagen „vertrautes“ Leben zu führen. Die Erzählungen wechseln sich dabei mit Miniaturen im Schwarzen Theater ab und machen die Veranstaltung zu einem besonderen Erlebnis.

Schwarzes Theater „Fritzels Puppentheater“

AG der IGS „Grete-Unrein“; Roswitha Schlingelhof

Novalisstraße 31, 07747 Jena

Tel.: 03641 372386

18:30 Uhr

Ausklang mit Gespräch

Möglichkeit zum Gespräch mit und zu Fragen an den Autor und die Organisatoren der Woche der seelischen Gesundheit.

Veranstalter: Vorbereitungsgruppe zur Woche der seelischen Gesundheit 2017 in Jena

Veranstaltungsort: Medienstudio der EAH Jena (Ernst-Abbe-Hochschule Jena), Carl-Zeiss-Promenade 2

(3. OG; Wegweiser sind vorhanden)

 **Nicht die Vollkommenen,
sondern die Unvollkommenen brauchen unsere Liebe.**

Oscar Wilde

Stimmen zum Autor Hartmut Haker:

... Schnörkellos und direkt, schonungslos sich selbst gegenüber beschreibt Haker sein Leben mit der Krankheit, erklärt Therapien, ordnet die Hilfe durch Familie und Freunde ein, bekämpft Rückfälle. Sein christlicher Glaube gibt ihm Rückhalt. Hakers Antrieb in Zeiten mancher Verirrung: mit seinem Beispiel will er andere Betroffene ermutigen und die scheinbar „Gesunden“ aufklären.



Hartmut Haker

Er entstigmatisiert; gerade jetzt nicht unwichtig, da wir kernige sogenannte Leistungsträger zunehmend psychisch erkrankte Menschen als Phänomene deuten. Hartmut Haker entzaubert diese, denn irdische Phänomene haben Hintergründe ...

aus der Pressemitteilung zu einer Lesung von Hartmut Haker am 8. Dezember 2016 in Hamburg

... Das ist begeisternd, was Du inzwischen auf die Beine stellst! ... Dass Du Dich von Deiner früheren Krankheit wirst frei machen und erlösen können, schien denen, die Dich kennen und begleitet haben, ja nahe zu liegen. Aber dass Du es zu solcher Professionalität der Hilfe für andere bringen wirst, ist sicher ein großes Geschenk ...

aus einem Brief an Hartmut Haker, November 2011

... Es rührt an und spricht von seiner Liebe zum Leben, wenn Hartmut Haker, selbst stolzer Vater eines Sohnes, Anteil gibt an seinem Nachdenken über das Geheimnis des Lebens. Er ist sich bewusst, welche Verantwortung die Erwachsenen für die Entwicklung ihrer Kinder haben. Er macht sich selbst, seinem Sohn und uns allen ein Geschenk: er schenkt uns eine Geschichte, die zum Vertrauen ermutigt, dass Leben gelingen kann trotz Angst und Bedrohtheit ...

Pastor Albrecht Martins im Vorwort von Jonathans großer Tag, 1. Auflage 2016



Sonntag, 22. Oktober

14:00 - 18:00 Uhr

„Fremd-vertraute Bildwelten in uns“

Künstlerischer Workshop

Fremde Heimat - sich selbst fremd sein - eine fremde Sicht auf eine vertraute Umgebung finden? Was ist uns fremd - was vertraut - wann wird uns das Fremde vertraut und das Vertraute auch fremd? Darüber tauschen wir uns in diesem Workshop aus und werden gemeinsam fremd-vertraute Bildwelten mit uns vertrauten aber auch fremden Gegenständen arrangieren.

Wir gehen in die Stadt, suchen nach Orten, an denen diese Gedanken der Öffentlichkeit geäußert werden, erforschen aber auch im geschützten Innenraum fotografisch paradoxe Verbindungen des Themas.

Bitte mitbringen: einen vertrauten Gegenstand

Workshopleiter: André Helbig, Fotograf

(www.andrehelbig.fotograf.de)

und Nadine Jacobi, Künstlerin (nadinejacobi@icloud.com)

Veranstalter: Künstlerische Abendschule Jena e. V.

Veranstaltungsort: Künstlerische Abendschule Jena e. V., Sophienstraße 18

15:00 Uhr

Familienkino: „Nur ein Tag“
(D 2017, Regie: Martin Baltscheit)

„Nur ein Tag“ ist eine witzige und tiefgründige Fabel über den Sinn des Lebens und das kostbare Geschenk der Freundschaft. Der preisgekrönte Kinderbuchautor Martin Baltscheit hat sein erfolgreiches Theaterstück und Hörspiel selbst verfilmt und lässt die Tiere von Schauspielern darstellen. Keine Tricks, keine Masken – reine Poesie! Entstanden ist ein entzückender Film für Kinder ab 5 Jahren, der mit seiner Botschaft, das Glück im Hier und Jetzt zu suchen, auch das erwachsene Publikum anspricht.



»Lebe den Tag und genieße das Leben, so wie es ist. Diese klare Botschaft macht „Nur ein Tag“ für alle Zuschauergruppen altersunabhängig interessant.«

FBW Jugend-Filmjury

(Quelle: <http://wfilm.de/nur-ein-tag/>)

Veranstalter: Vorbereitungsgruppe zur Woche der seelischen Gesundheit Jena

Veranstaltungsort: Kino am Markt, Markt 5; **Eintritt:** 5 €

Veranstalter zur Woche der seelischen Gesundheit 2017 in Jena

Aktion Wandlungswelten

Schenkstraße 21
07749 Jena
03641 31020
info@aww-jena.de

Ambulanz für Forschung und Lehre

Institut für Psychologie Friedrich-Schiller-Universität Jena

Am Johannisfriedhof 3
07743 Jena

Beziehungswerkstatt Jena

Ludwig-Weimar-Gasse 1
07743 Jena
03641 440626
www.beziehungswerkstatt-
jena.de

DO Diakonie Ostthüringen

gem.GmbH
**Zentrum für seelische
Gesundheit**
Neugasse 13; 07743 Jena
03641 387070
zfs.g.jena@diako-thueringen.de
www.do-diakonie.de

Ergotherapie Carmen Hensel

Logopädie Claudia Genzel
Fritz-Ritter-Straße 40
07747 Jena
0173 6886129

Ernst-Abbe-Bücherei

Carl-Zeiss-Platz 15
03641 498152
www.stadtbibliothek.jena.de

Evangelische Erwachsenen- bildung (EEBT) Regionalstelle Mitte

Lutherstraße 3; 07743 Jena
03641 573837
www.eebt.de

EWNT – Eine Welt Netzwerk Thüringen e. V.

Kochstraße 1a; 07745 Jena
www.ewnt.org

EX-IN Landesverband Thüringen e. V.

Tungerstraße 9; 99099 Erfurt
0361 51876330/31
www.ex-in-thueringen.de

Fortbildungsakademie der Wirtschaft (FAW) gGmbH Berufliches Trainingszentrum (BTZ)

Friedrich-Zucker-Straße 1+3
07745 Jena
jena@faw.de
btz-jena@faw.de

Frauenzentrum TOWANDA Jena e. V.

Wagnergasse 25; 07743 Jena
03641 443968
towanda_jena@web.de
www.frauenzentrum-jena.de

Grenzenlos e. V.

**Verein für behinderte Men-
schen und Menschen in Notsi-
tuationen**
Rathausgasse 4; 07743 Jena
03641 6392637
verwaltung@grenzenlos-jena.de

Hartmut Haker - Autor

Barkenkamp 57
23909 Ratzeburg
0175 9655460
hartmut.haker@web.de

IKOS Jena – Beratungszentrum für Selbsthilfe

Kastanienstraße 11; 07747 Jena
03641 8741160
ikos@awo-jena-weimar.de

Kino am Markt

Markt 5; 07743 Jena
03641 2361303
info@kinoammarkt.de
www.kinoammarkt.de

Kino im Schillerhof

Helmboldstraße 1; 07749 Jena
03641 523653
info@schillerhof.org
www.schillerhof.org

KlangRaum Jena

Gabriele Ludek
Weidenweg 4; 07743 Jena
www.klangmassage-
thueringen.de

Künstlerische Abendschule Jena e. V.

Sophienstraße 18; 07743 Jena
03641 821627
info@abendschule-jena.de
facebook: »Künstlerische
Abendschule Jena«

Landeszentrale für Politische Bildung Thüringen

Regierungsstraße 73
99084 Erfurt
0361 573211701
www.lzt-thueringen.de

Philippi – Methode Bioenergetische Meditation

Dr. Claudia Gluch
0170 4748721
claudia.gluch@web.de
Kati Lawatsch
0160 94488563
kati@lawatsch.de

Polten Wanderwelten

Lars Polten
0176 976 48 239
info@polten-wanderwelten.de
www.poltenwanderwelten.de

Raul Jordan

Lesung aus seinem Buch
„In Minuten um den Globus“

REFUGIO Thüringen Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge

Lassallestraße 8; 07743 Jena
03641 320073
www.refugio-thueringen.de

Schwarzes Theater „Fritzels Puppentheater“

AG der IGS „Grete-Unrein“
Roswitha Schlingelhof
Novalisstraße 31
07747 Jena
03641 372386

Sozialpsychiatrischer Dienst im Fachdienst Gesundheit der Stadt Jena

Lutherplatz 3; 07743 Jena
Postfach 100 338
03641 493163

Tausend Taten e. V.

Neugasse 19; 07743 Jena
03641 9264171
www.tausendtaten.de

Theatergruppe „Welten- wandler“

Aktion Wandlungswelten Tageszentrum gGmbH

Schenkstraße 21;
07749 Jena
03641 3102360
TZ-Schenkstrasse@
aww-jena.de
www.aww-jena.de

Trialog-Jena

www.trialog-jena.de
0175 5359838

ÜAG gGmbH Jena

Ilmstraße 1; 07743 Jena
03641 806649
www.üag.de

Universitätsklinikum Jena - Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie -

Philosophenweg 3
07743 Jena

Was uns fremd ist,
müssen wir uns vertraut machen,
nur so verlieren wir die Angst
und wollen es nicht mehr zerstören.

Anke Maggauer-Kirsche, deutsche Lyrikerin

Gesundheit in
besten Händen

AOK
PLUS

© Manfred Wappler (www.aok.de)

Alles in Balance mit der AOK PLUS

Mit der AOK PLUS haben Sie einen Partner, auf den Sie sich verlassen können. Sollten Sie dennoch einmal Stress verspüren, helfen wir Ihnen gerne – z. B. mit unserem Online-Programm »Stress im Griff«, Akupunktur-Behandlungen oder unserer Unterstützung natürlicher Heilmethoden. Infos unter www.aokplus-online.de



WOCHE DER
SEELISCHEN GESUNDHEIT

Impressum

Herausgeber: Vorbereitungsgruppe zur Woche der seelischen Gesundheit Jena
Gestaltung, Layout und DTP: Studio **eljott**, Lothar Jähnichen, Dornburg/Saale
Covermotiv und Bilder im Innenteil (S. 7, 13, 16, 22, 24): Kreativgruppe AWW, Jena

AOK
PLUS

Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.

Mit freundlicher Unterstützung durch Ihre AOK PLUS!