



05. – 09. November

„Zeit für mich!“ – Stärkung und Entlastung für betreuende und pflegende Angehörige

Angehörige bewältigen den Alltag oft auf Kosten ihrer eigenen Bedürfnisse. In der Woche vom 05.11.-09.11. bekommen Angehörige die Gelegenheit, mit speziellen Angeboten sich selbst etwas Gutes zu tun.

05.11.: 10-11 Uhr, Wirbelsäulengymnastik mit dem TV Bretten*

Ort: vhs Entspannungsraum, Engelsberg 1, 75015 Bretten

06.11.: 14-16 Uhr, Naturspaziergang mit dem Pflegestützpunkt

Treffpunkt: Im Brettspiel 1-3, 75015 Bretten

07.11.: 11-11.45 Uhr, Progressive Muskelentspannung mit dem TV Bretten*

Ort: vhs Entspannungsraum, Engelsberg 1, 75015 Bretten

08.11.: 14-17 Uhr, Prozessuales Malen mit Kunsttherapeutin und Graphikdesignerin Karin Weiß

Ort: Ergoraum/Tagesstätte Diakonisches Werk Bretten, Schulgasse 1, 75015 Bretten

09.11.: 11-14 Uhr, Entspannung durch Sinneserlebnisse, Angelika Kurz-Gushurst*

Ort: vhs Entspannungsraum, Engelsberg 1, 75015 Bretten

Teilnahme kostenlos, keine Voranmeldung erforderlich

Weitere Informationen erhalten Sie aus dem Programm des Pflegestützpunktes Bretten oder telefonisch unter 0721/93671230.

Veranstalter: Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe,
Standort: Bretten

*Bitte Sportmatte und Getränk mitbringen

Das GPZ Bretten ist eine Kooperation von:

Diakonie
Landkreis
Karlsruhe
Diakonisches Werk in Bretten
www.diakonie-laka.de

 **Lebenshilfe**
für Menschen mit Behinderungen
Bezirk Bruchsal-Bretten e.V.
www.lebenshilfe-bruchsal.de

zfp

Calw
Klinikum Nordschwarzwald

Bei den Tagen der seelischen Gesundheit in Bretten wirken außerdem im GPZ-Aktionskreis ehrenamtlich Tätige sowie Vereine und Behörden mit:



Seelenstark e. V.



Stadt Bretten



Buchhandlung Kolibri
Bretten



Freizeit-, Kultur und
Bildungsstätte GrauBau



Pflegestützpunkt
Landkreis Karlsruhe



Mehr
Generationen
Haus

Mehrgenerationenhaus
Bürgerwerkstatt Stutensee e.V.



Nachbarschaftshilfe Bretten



Landkreis Karlsruhe


Badischer Landesverein
für Innere Mission
Körperschaft des öffentl. Rechts



Beratungsstelle für Suchtfragen

Tage der seelischen Gesundheit 2018



Psychische Erkrankungen nehmen in unserer Gesellschaft stetig zu. Häufig werden diese erst sehr spät erkannt, eine chronische Erkrankung ist daher oft die Folge.

Das Gemeindepsychiatrische Zentrum Bretten (GPZ) möchte anlässlich des Tages der seelischen Gesundheit auf dieses Thema aufmerksam machen.

Daher präsentiert das GPZ eine Veranstaltungsreihe mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten, zu der Jung und Alt, Laien wie Fachleute, Interessierte und Betroffene herzlich eingeladen sind.

Samstag, 15. September

Marktstand (Marktplatz Bretten) // 9.00 – 13.00 Uhr

Ein Stand mit Kaffee-, Kuchen- und handwerklichem Produktverkauf laden zum Verweilen ein. Neben Besucheraktionen wie dem Testen von Alkoholrauschbrillen, wird als Highlight ein großes Boden-Kreidebild in der Fußgängerzone durch Kinder und Passanten entstehen.

Veranstalter:

Diakonisches Werk im Landkreis Karlsruhe; Tagesstätte Buena Vista, Sozialpsychiatrischer Dienst; Lebenshilfe Bruchsal-Bretten e. V.; Badischer Landesverein für Innere Mission, Hohberghaus; Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe; Nachbarschaftshilfe Bretten; Evang. Stadtmission Heidelberg, Suchtberatung

// Barrierefrei

Samstag, 06. Oktober

Benefizkonzert mit Roly Poly // 20.30 Uhr,

Einlass 19.45 Uhr

Altes Rathaus, Bürgersaal

Marktplatz 1, 75015 Bretten

Eintritt frei

Groovige Rock, Soul- und Blues-Songs der 60er-, 70er- und 80er-Jahre von der Coverband „Roly Poly“.

Veranstalter:

Verein Seelenstark e. V.

// Nicht barrierefrei

Montag, 08. Oktober

Vortrag: „Papas Seele hat Schnupfen“ –

Psychische Erkrankung von Eltern in Kinder- und

Jugendbüchern // 19.30 Uhr

Buchhandlung Kolibri

Melanchthonstraße 71-73, 75015 Bretten

Eintritt frei

Referentin: Jasmin Uschner (Psychologin B.Sc.),
Psychologische Beratungsstelle des Diakonischen Werks
im Landkreis Karlsruhe

Vortrag über mögliche Belastungen und Hilfeangebote für Kinder und Jugendliche, deren Eltern psychisch erkrankt sind. Anschließend werden Kinder- und Jugendbücher zu diesem Thema vorgestellt.

Voranmeldung bis 01.10.2018, unter Tel.: 07252/957343

Veranstalter:

Psychologische Beratungsstelle des Diakonischen Werks im Landkreis Karlsruhe, Buchhandlung Kolibri

// Barrierefrei

Mittwoch, 10. Oktober

Vortrag „Angehörige sind Erfahrene“ – Zur Situation

von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen

Hohberghaus Bretten // 18.30 Uhr

Pforzheimer Straße 113, 75015 Bretten

Eintritt frei

Referentin: Barbara Mechelke-Bordanowicz, Vorsitzende des Landesverbands Baden-Württemberg der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V.

Ein ermutigender, auf eigenen Erfahrungen der Referentin beruhender Vortrag zur Situation von Angehörigen von Menschen mit psychischen Erkrankungen sowie zur Angehörigenarbeit.

Anschließend gibt es Raum für Diskussion und Erfahrungsaustausch.

*Badischer Landesverein für Innere Mission,
Hohberghaus Bretten*

// Nicht barrierefrei

Freitag, 12. Oktober

Filmvorführung: „Infinitely Polar Bear“ // 19.30 Uhr

GrauBau Stutensee, Freizeit-, Kultur- &

Bildungsstätte der Stadt Stutensee

Seegrabenweg 7, 76297 Stutensee-Blankenloch

Eintritt frei

In der Tragikomödie „Infinitely Polar Bear“ versucht ein manisch-depressiver Familienvater (Mark Ruffalo) Verantwortung für seine zwei Töchter zu übernehmen, damit seine Frau ihren Abschluss auf der Wirtschaftshochschule nachholen kann. In dieser Zeit wächst die bröckelnde Familie wieder zusammen und beweist neue Stärke.

Veranstalter:

Sozialpsychiatrischer Dienst des Diakonischen Werks im Landkreis Karlsruhe, Freizeit-, Kultur & Bildungsstätte GrauBau Stutensee, Mehrgenerationenhaus Bürgerwerkstatt Stutensee e. V.

// Barrierefrei