



## Aktiv gegen Depression



### „Mehr wissen über ...“

heißt es in diesem Jahr bei der Selbsthilfegruppe „Aktiv gegen Depression“

An insgesamt 7 Abenden soll in Kurzseminaren eine Information, vor allem jedoch ein Austausch zu den verschiedensten psychischen Erkrankungen, stattfinden. Grund hierfür ist, dass Depressionen oft mit anderen psychischen Erkrankungen einher gehen. Wichtig beim Umgang mit seiner Erkrankung ist es, immer wieder gut darüber informiert zu sein.

Ort: Göltzschtalgalerie Nicolaikirche Auerbach  
Beginn: jeweils 18 Uhr, Dauer ca. 2 Stunden

In kurzen Vorträgen wird an den Abenden zunächst über die verschiedenen Erkrankungen informiert werden. Im Anschluss daran soll ein Austausch und Diskussion im Fokus der Abende stehen.

## Termine

- 03.03.2022 Depression – Dipl.-Psych. Jan Penzhorn  
21.04.2022 Psychosomatik – krank ohne Befund – Dipl.-Psych. Sven Quilitzsch  
09.06.2022 Kinder und die Abhängigkeit von Computerspielen – Dipl.-Soz. Päd. Ken Schönfelder, Kinder- und Jugendpsychotherapeut  
28.07.2022 Behandlungsmöglichkeiten bei psychischen Erkrankungen – Prof. Dr. med. Christoph Schultz, Sächs. Krankenhaus Rodewisch  
15.09.2022 Angst- und Panikstörungen – Dipl. Psych. Anja Fritsche  
03.11.2022 Zwangserkrankungen – Dipl.-Psych. Jan Penzhorn  
15.12.2022 Suchterkrankungen – Dipl. Psych. Anja Steffens

Ort: Göltzschtalgalerie Nicolaikirche Auerbach

Beginn: jeweils 18 Uhr, Dauer ca. 2 Stunden

*Eine Anmeldung ist erforderlich.*

## Kontakt

Selbsthilfegruppe Aktiv gegen Depression

Ansprechpartner: Brigitte Mothes · ☎ 0176 70761950

[kontakt@selbsthilfe-aktiv-gegen-depression.de](mailto:kontakt@selbsthilfe-aktiv-gegen-depression.de)

[www.selbsthilfe-aktiv-gegen-depression.de](http://www.selbsthilfe-aktiv-gegen-depression.de)

