



# 1. Woche der seelischen Gesundheit in Kiel | 19.–24.8.19

## „merk-würdig“ – Psyche im Fokus

Angebote zum Informieren und Mitmachen für alle





### Telefonische Hotline

Haben Sie als Betroffene\*r, Angehörige\*r oder einfach nur Interessierte\*r Fragen zum Thema seelische Erkrankungen?

Haben Sie Anregungen zur 1. Woche der seelischen Gesundheit in Kiel?

Dann rufen Sie uns an! Während der Aktionswoche vom 19. bis 24. August sind täglich zwischen 15 Uhr und 19 Uhr Fachleute unter der kostenlosen Rufnummer 0800 0006764 für Sie da.

Die Hotline wird bereitgestellt durch die Unabhängige sozialpsychiatrische Beschwerdestelle in Kiel (U.s.B.Kiel).



Anmeldung erforderlich bzw. nicht erforderlich



Barrierefrei bzw. nicht barrierefrei



Nicht kostenfrei bzw. kostenfrei

# Inhalt

---

Grußwort	4
<b>Montag, 19.08.2019</b>	<b>8</b>
<b>Dienstag, 20.08.2019</b>	<b>10</b>
<b>Mittwoch, 21.08.2019</b>	<b>16</b>
<b>Donnerstag, 22.08.2019</b>	<b>26</b>
<b>Freitag, 23.08.2019</b>	<b>33</b>
<b>Samstag, 24.08.2019</b>	<b>36</b>
Kooperationspartner*innen	38
Impressum	40

Sehr geehrte Damen und Herren,

Wilhelm von Humboldt, Gelehrter, Schriftsteller, Staatsmann und Bruder des weltberühmten Naturforschers Alexander von Humboldt, staunte bereits vor 200 Jahren „(...) wie viel Kraft die Seele dem Körper zu leihen vermag.“

Was aber, wenn die Seele krank ist und Hilfe braucht? Was kann ich für mein seelisches Wohlbefinden tun? Diesen Fragen widmet sich die 1. Woche der seelischen Gesundheit in Kiel. Unter dem Titel „merk-würdig – Psyche im Fokus“ werden circa 50 Veranstaltungen rund um die seelische Gesundheit angeboten.

Mit ihrem Sozialpolitischen Hearing im Jahr 2014 hat die Landeshauptstadt Kiel einen Prozess angestoßen, der unter anderem zum Ziel hat, das Thema psychische Erkrankungen in den Fokus der Öffentlichkeit zu rücken. Die 1. Woche der seelischen Gesundheit in Kiel bildet jetzt einen weiteren Baustein in diesem Prozess.

Denn für viele Menschen ist seelische Gesundheit keine Selbstverständlichkeit. Laut aktuellen Studien werden immer mehr Menschen wegen psychischer Leiden krankgeschrieben und die Zahl der Fehltage wegen Depressionen oder Angststörungen war noch nie so hoch!



Daher ist es allerhöchste Zeit, auf dieses Thema aufmerksam zu machen. Mit niedrigschwelligen Informationsangeboten möchten die Initiatorinnen und Initiatoren der Aktionswoche dazu einladen, Ängste und Vorurteile abzubauen sowie die bunte Palette an Kieler Hilfsangeboten kennenzulernen und anzunehmen.

Wir wünschen allen teilnehmenden Institutionen, Einrichtungen, Vereinen und Verbänden viel Erfolg! Wir hoffen, dass mit dieser Veranstaltungsreihe das Thema seelische Gesundheit die Aufmerksamkeit einer breiten Kieler Öffentlichkeit erreicht und dass insbesondere Betroffenen und ihren Angehörigen geholfen werden kann, gesund zu werden und zu bleiben.

Ihre

Hans-Werner Tovar  
Stadtpräsident

Dr. Ulf Kämpfer  
Oberbürgermeister

Liebe Kielerinnen und Kieler,

vom 19.-24. August 2019 findet unter dem Motto „merk-würdig – Psyche im Fokus“, die 1. Woche der seelischen Gesundheit in Kiel statt.

Psychische Krankheiten sorgen bei vielen Menschen für Verunsicherung, da insbesondere das Wissen über Ursache, Verlauf und Behandlungsmöglichkeiten dieser Erkrankungen fehlt. Mit unserer Veranstaltungsreihe möchten wir die Aufmerksamkeit auf dieses wichtige Thema lenken, um Ängste und Vorurteile abzubauen und Begegnungen zu ermöglichen.

In rund 50 Veranstaltungen werden vielfältige Aktionen rund um die psychische Gesundheit angeboten. In Vorträgen, Workshops und Mitmachaktionen wird über psychische Erkrankungen (z.B. Angst, Depression, Sucht, Psychose u.a.), über Möglichkeiten der Prävention (Erhalt seelischer Gesundheit) und Behandlung informiert und diskutiert. Ein weiterer Schwerpunkt wird die Verbesserung von Anerkennung und gesellschaftliche Teilhabe betroffener Menschen sein. Kulturelle und sportliche Aktionen erweitern eine konstruktive Auseinandersetzung mit dem Thema und sollen Begegnungen ermöglichen.

Wir möchten Sie herzlich einladen, die vielfältigen Veranstaltungen und Angebote der psychiatrischen und psychosozialen Einrichtungen in Ihrer Umgebung zu erkunden. Die Veranstalter\*innen würden sich über eine aktive Teilnahme, Diskussionen und Rückmeldungen sehr freuen.

*Die Vorbereitungsgruppe der 1. Woche der seelischen Gesundheit in Kiel*



## Mitglieder der Vorbereitungsgruppe

Von links:

- Dr. Daniel Meinecke, AMEOS Klinikum Kiel
- Daniel Hoppmann, Kieler Fenster
- Arne Leisner, Amt für Soziale Dienste, LH Kiel
- Brigitte Harbering, Selbsthilfekontaktstelle KIBIS Kiel
- Prof. Dr. Robert Göder, Zentrum für integrative Psychiatrie gGmbH
- Christine Scheffer, Beirat für Seniorinnen und Senioren der LH Kiel
- Dr. Michael Wiese, Amt für Gesundheit, LH Kiel
- Sabine Gerchow, Pressereferat, LH Kiel
- Gabriele Schiedeck, Frauenberatungstelle & Eß-o-Eß
- Fritz Schultz, Amt für Gesundheit, LH Kiel

Nicht abgebildet:

- Thomas Bartels, Landesverband Psychiatrie-Erfahrener
- Christian Sach, Landesverband Psychiatrie-Erfahrener
- Wolfgang Theede, Unabhängige sozialpsychiatrische Beschwerdestelle Kiel

10 – 14 Uhr



## Kennenlerntag

### **Frauenberatung Ihriss e.V.**

IHRISS Treffpunkt und Beratung

Jeßstraße 3, 24114 Kiel

10 Uhr Offenes Frühstück

13 Uhr „Was ist Selbstfürsorge?“

14 Uhr Offener Treff

Die Treffpunkt- und Beratungsstelle IHRISS stellt sich allen interessierten Frauen mit einem Programm aus Frühstück, Kreativ- und Selbstfürsorge-Angeboten vor. Mitarbeiterinnen begleiten die Angebote und stehen für persönliche Gespräche zur Verfügung.

18 – 20 Uhr



0431 500 10741 oder  
gesundheitsforum-kiel  
@uksh.de



## Die Macht der Gewohnheit

### **Vom verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol**

#### **Zentrum für Integrative Psychiatrie (ZIP gGmbH Kiel), stadt.mission.mensch gGmbH Kiel**

UKSH-Gesundheitsforum,

Citti Park Kiel, Mühlendamm 1, 24113 Kiel

Das Zentrum für Integrative Psychiatrie (ZIP gGmbH) betreibt Behandlungszentren in Kiel und in Lübeck, in denen unter einem gesamtheitlichen Blickwinkel Menschen mit psychischen Erkrankungen untersucht und behandelt werden. Ambulante, tagesklinische und vollstationäre Behandlung ergänzen sich optimal.

Dr. Jakob Koch (ZIP gGmbH Kiel) und Dipl.-Psych. Marina Soltau (stadt.mission.mensch gGmbH Kiel) halten einen Vortrag zum Umgang mit Alkohol.



17 – 19.30 Uhr

1. Woche der seelischen Gesundheit in Kiel

# Auftaktveranstaltung

Rathaus, Ratssaal

## Programm

### **Begrüßung und Einführung in das Thema**

**Grußwort** von Oberbürgermeister Dr. Ulf Kämpfer

**Interview** mit einer Betroffenen:

Ava Anna Johannson schildert ihre Eindrücke vom Kieler Hilfesystem

**Vortrag** „Zur Situation der sozialpsychiatrischen Versorgung in Kiel“

Prof. Dr. med. Kamila Jauch-Chara (Ärztliche Direktorin der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am UKSH)

**Kultur-Beitrag** der „Jungen Wilden“

**Gesprächsrunde** zur Entwicklung und Situation der sozialpsychiatrischen Versorgung in Kiel: „Was gibt es, was fehlt?“ Ein Ausblick auf zukünftige Herausforderungen.

Teilnehmer\*innen: Gerwin Stöcken, Dezernent für Soziales, Wohnen, Gesundheit und Sport, LH Kiel, Prof. Dr. Kamila Jauch-Chara, Ava Anna Johannson, Dr. Maike Benson, Leiterin Sozialpsychiatrischer Dienst im Amt für Gesundheit, LH Kiel.

**Kultur-Beitrag** der „Jungen Wilden“

**Moderation** Annette Wiese-Krukowska

**Gespräche bei Snacks und Getränken**



Zugang über  
Waisenhofstraße



10 – 12 Uhr

## „Kiffen macht gleichgültig – mir doch egal!“

**AMEOS Klinikum Kiel,  
Selbsthilfekontaktstelle KIBIS Kiel**

Gemeinschaftsschule Friedrichsort  
Steenbarg 10, 24159 Kiel

**Die Veranstaltung ist nicht öffentlich.**

Suchtpräventive Informationsveranstaltung für Schüler\*innen der 9. Klasse zum Thema „Folgen des Cannabis-Konsums“

Referent: Dr. Daniel Meinecke

---

10 – 11:30 Uhr



## Mit Freude Bewegung in den Alltag bringen

**Alzheimer Gesellschaft Kiel e.V.**

Gneisenaustraße 2, 24105 Kiel

Gesunde Bewegung kann den Ausbruch von Demenz verzögern oder den Krankheitsverlauf mildern. Wenn ältere Menschen ihre körperlichen Aktivitäten aus unterschiedlichen Gründen einschränken, gehen häufig viele Funktionen verloren. Unter Leitung von Eleonore Mihm (Seniorenassistentin, Sport für Rehabilitation und Prävention) soll anhand von praktischen Alltagsbeispielen aufgezeigt werden, wie sich „sportliche“ Betätigung und Bewegung in den Alltag einbauen lassen.

14 – 19 Uhr



## Gemeinsam sind wir stark

### **Landesverband Psychiatrie-Erfahrener SH e. V. Ortsgruppe Kiel**

Infostand auf dem Asmus-Bremer-Platz, 24103 Kiel

Der Landesverband Psychiatrie-Erfahrener Schleswig-Holstein e. V. ist eine gemeinnützige Selbsthilfeorganisation von jetzigen und ehemaligen Psychiatrie-Patient\*innen. Deshalb nennen wir uns Psychiatrie-Erfarene. Der Landesverband gründete sich 1995 und hat zurzeit knapp 60 Mitglieder.

15 – 16:30 Uhr



## Was die Psyche gesund hält

### **KIELER FENSTER – Verein zur Förderung sozialpädagogischer Initiativen e. V.**

Vinetazentrum Gaarden  
Elisabethstraße 64, 24143 Kiel

Die Tagesstätte Chance Elisee des KIELER FENSTER lädt zu einem Vortrag über das Thema Resilienz ein. Dabei geht es um die Fragen, was uns hilft, psychisch gesund zu bleiben und welche Faktoren uns darin unterstützen, auch schwierige Lebenssituationen gut zu überstehen.

Im Anschluss an den Vortrag findet eine offene Gesprächsrunde zum Erfahrungsaustausch statt. Alle Interessierten sind herzlich willkommen.

16:30 – 18 Uhr



## „Ich bleibe gesund!“

### **Brücke Schleswig-Holstein**

Stadtteilrestaurant Fleet, Muhliusstraße 84, 24103 Kiel

#### **Themen der Vorträge:**

1. Sucht: „Kann jede\*r süchtig werden?“  
Einführung in die Problematiken und Risiken der Suchterkrankung.
2. Resilienz: „Gesund bleiben durch psychische Widerstandsfähigkeit – geht das?“ Wir stellen das Thema und kleine Alltagsübungen vor.

Anschließend besteht die Möglichkeit, sich auszutauschen und Fragen zu stellen.

---

17 Uhr



Instrumente sind vorhanden

## Spaß am Trommeln?

### **Willkommen im Ellerbeker Freestyle Community Drum Circle!**

#### **Atelier-Café Ellerbek**

Gesellschaft für Soziale Hilfen in Norddeutschland (GSHN)

Träger: KJSH-Stiftung für Kinder-, Jugend- und Soziale Hilfen

Bugenhagenkirche, Lütjenburger Straße 7, 24148 Kiel

Mit bestimmten Techniken gelingt es binnen weniger Minuten, spontan zusammengewürfelte Gemeinschaften dazu zu bringen, miteinander zu trommeln und Spaß zu haben. Zum Drum Circle in der Ellerbeker Bugenhagenkirche finden sich mittlerweile Menschen aus ganz Kiel zusammen. Jede\*r ist willkommen, egal ob musikalisch versiert oder gänzlich unerfahren.

17 – 18 Uhr



## Unklare Körperbeschwerden – wie eine psychotherapeutische Behandlung helfen kann

### **ZIP gGmbH Kiel (Zentrum für Integrative Psychiatrie)**

Tagesklinik am Klaus-Groth-Platz

Klaus-Groth-Platz 2, 24105 Kiel

Wie hängen Körper und Seele zusammen, wie lassen sich körperliche Beschwerden auch durch die Einbeziehung der Psyche behandeln? Wir wollen Ihnen in einem Vortrag und einer Führung durch die Räumlichkeiten der Tagesklinik am Klaus-Groth-Platz Grundlegendes zum psychosomatischen Krankheitsverständnis und zu unserem Behandlungsangebot in der Klinik für Psychosomatik vermitteln.

17 – 19 Uhr



## Tag der offenen Tür am IFT-Nord

### **IFT-Nord**

#### **(Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung)**

Harmsstraße 2, 24114 Kiel

Das IFT-Nord ist ein gemeinnütziges Institut in Kiel. Es bietet eine staatlich anerkannte Ausbildung in psychologischer Psychotherapie an. Zudem werden Präventionsprogramme zur Förderung gesunder Lebensweisen entwickelt und überprüft sowie Häufigkeiten und Ursachen von Risikoverhaltensweisen erforscht. Zusätzlich bietet es Menschen mit psychischen Problemen über die psychotherapeutische Institutsambulanz professionelle Hilfe an.

18 Uhr



## Was sind psychische Erkrankungen?

### **ZIP gGmbH Kiel (Zentrum für Integrative Psychiatrie)**

Hörsaal der Klinik, Niemannsweg 147, 24105 Kiel

In einem Vortrag von Prof. Dr. Robert Göder werden die wichtigsten seelischen Störungen vorgestellt. Es wird auf die Bedeutung dieser Erkrankungen für den einzelnen Menschen, seine Angehörigen, aber auch die gesamte Gesellschaft eingegangen. Das aktuelle Wissen über die Entstehung der verschiedenen Erkrankungen und die Möglichkeiten der Vorbeugung und Behandlung werden angesprochen. Abschließend wird es genügend Zeit geben, Fragen zu diskutieren.

---

18 Uhr




## MERKEN: eher weniger, WÜRDIG: genauso viel wie jede/r – Mensch mit Demenz in unserer Mitte


### **AWO Beratungsstelle Demenz und Pflege**

AWO Bürgertreff Räumerei, Preetzer Straße 35, 24143 Kiel

An diesem Abend sind alle eingeladen, die demenzerkrankten Menschen Brücken bauen wollen, damit sie möglichst lange in ihrer gewohnten Umgebung leben können. Zu Beginn wird Dipl. -Psych. Rita Erlemann in die Lebenssituation von Menschen mit Demenz und deren Angehörigen einführen. Danach folgt ein angeleiteter und fantasievoller Austausch, um unsere Begegnungsräume und Verhaltensmöglichkeiten zu erweitern.

18 Uhr

 unter 0431 61549  
oder info@fsg-sh.de

 Treppenlift  
vorhanden

 Spende  
erbeten

## Informationsabend für angehörige Frauen von suchterkrankten Menschen

### **Frauen Sucht Gesundheit e. V.**


Holtener Straße 127, 24118 Kiel

Unter Suchterkrankungen leiden nicht nur Betroffene selbst, sondern auch das gesamte Umfeld: Partner\*innen, Kinder, Freund\*innen sowie Kolleg\*innen. Angehörige erleben häufig jahrelang starken Stress, sie machen sich viele Sorgen und sind selbst oft psychisch und körperlich belastet. Das Miterleben einer Suchterkrankung stellt die Angehörigen vor schwierige Situationen und Entscheidungen. Sie verstricken sich häufig, indem sie versuchen zu helfen, aber erleben, dass ihre Hilfe ins Leere läuft.

Ein Vortrag von Dipl.-Päd. und Suchttherapeutin Verena Dethlefs mit anschließender Diskussion.

---

18:15 – 20:15 Uhr

 unter  
0431 56020



### **Dialogisches Seminar:**

## Umgang mit Depressionen

### **Der Paritätische Wohlfahrtsverband Schleswig-Holstein e. V.**

Zum Brook 4, 24143 Kiel

„Die Depression ist eine Dame in Schwarz – wenn sie an Deine Tür klopft, schick sie nicht weg, sondern frage sie, was sie Dir zu sagen hat.“ Nach einem kurzen Input-Referat wollen wir mit professionellen Fachkräften, Expert\*innen aus Erfahrung und mit Angehörigen zu diesem Thema ins Gespräch kommen.

10 – 16 Uhr



über Fleethörn/  
Ecke Willestraße



Das 4. OG ist nur über den hinteren  
Fahrstuhl und das hintere Treppenhaus  
erreichbar (s. Wegweiser)

## Tag der offenen Tür

# Der Sozialpsychiatrische Dienst stellt sich vor

## Landeshauptstadt Kiel

### Amt für Gesundheit, Sozialpsychiatrischer Dienst

Fleethörn 18–24, 24103 Kiel

- 10 Uhr **Vortrag „Stress und seelische Gesundheit“**  
Referentin: Dipl.-Psych. Marina Soltau von der  
TASK – Tagesrehabilitation für suchtkranke  
Menschen der stadt.mission.mensch gGmbH Kiel
- 12 Uhr **Vortrag „Ängste der Angehörigen psychisch  
kranker Menschen“**  
Referent: Karl-Heinz Möhrmann vom Landes-  
verband SH der Angehörigen und Freunde  
psychisch Kranker e. V.
- 14 Uhr **Vortrag „Depression“**  
Referent: Dr. Volker Obrikat vom psychiatrischen  
Krankenhaus Rickling

Sind Sie schon mal aus dem seelischen Gleichgewicht geraten und wussten nicht wohin? Hat ein nahestehender Mensch Ihnen anvertraut, dass das Leben nicht mehr lebenswert sei und Sie wussten nicht, an wen Sie sich wenden sollen? In solchen Lebenslagen berät, unterstützt und begleitet Sie der Sozialpsychiatrische Dienst der Landeshauptstadt Kiel. Lernen Sie uns am Tag der offenen Tür kennen.

Zusätzlich erwarten Sie im 4. Obergeschoss unseres Hauses interessante Vorträge zu unterschiedlichen Themen mit anschließender Diskussion.



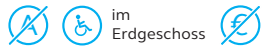
Im Erdgeschoss wird das „FitViertel“ um 11 Uhr und 13 Uhr angeboten, eine 15-minütige Bewegungseinheit. Sie benötigen keine Sportkleidung.

Außerdem zeigen wir während der gesamten Woche der seelischen Gesundheit im Erdgeschoss eine Fotoausstellung mit dem Titel „Schlucken und Schweigen“ des Fotografen Christoph Simonis und der TASK (Tagesrehabilitation für suchtkranke Menschen der stadt.mission. mensch gGmbH Kiel) zum Thema Sucht aus Sicht eines Betroffenen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch, einen regen Austausch bei Kaffee und Kuchen und sind offen für Ihre Fragen und Anregungen.

---

8:30 – 10:30 Uhr



## Vorstellung des Projektes Flucht und Migration

### **ZIP gGmbH Kiel (Zentrum für Integrative Psychiatrie)**

Psychiatrische Institutsambulanz

Niemannsweg 4, 24105 Kiel

Das Zentrum für Integrative Psychiatrie – ZIP gGmbH Kiel – betreibt Behandlungszentren in Kiel und in Lübeck, in denen unter einem gesamtheitlichen Blickwinkel Menschen mit psychischen Leiden untersucht und behandelt werden.

10 – 14 Uhr



Zugang über den Nebeneingang



## Glückauf im Paletti

### Café Paletti

Gesellschaft für Soziale Hilfen in Norddeutschland (GSHN)

Träger: KJSH-Stiftung für Kinder-, Jugend- und Soziale Hilfen

Muhliusstraße 38, 24103 Kiel

Wir möchten Sie recht herzlich ins Café Paletti einladen, um Ihnen Einblicke in das Arbeits- und Beschäftigungsprojekt zu ermöglichen und um unsere Aufgabenfelder näher kennenzulernen. Das Café Paletti ist ein inklusives Café. Hier arbeiten Menschen mit und ohne Behinderung. Wir möchten Vielfalt ohne (gedankliche) Barrieren leben und sind glücklich über offene sowie interessierte Gäste. Nähere Informationen finden sie unter [cafe-paletti-kiel.de](http://cafe-paletti-kiel.de).

Drehen Sie gerne an unserem Glücksrad und gewinnen Sie Getränke oder leckere Köstlichkeiten aus unserer Küche! Wir freuen uns auf Ihren Besuch und einen netten Austausch.

Lassen Sie uns die gemeinsamen Stunden mit Leben füllen!

---



11 – 15 Uhr



**Tag der offenen Tür**

## Wir werden anders krank, wir werden anders gesund

**ELELE – Hand in Hand zurück ins Leben GmbH**

Karlstal 16, 24143 Kiel

Wir werden anders krank, wir werden anders gesund: Das Migrationsinstitut ELELE live erleben – bei einem Glas Tee, kleinen Snacks und netten Gesprächen mit Klient\*innen und Mitarbeiter\*innen.

Wir bieten kultursensibles und kulturspezifisches Arbeiten im Umgang mit seelischer Gesundheit.

---

12 – 17 Uhr



## BeSucht die Beratungsstelle – die Suchtberatungsstelle stellt sich vor

**AMEOS Horizon Suchthilfen Suchtberatungszentrum**

Auguste-Viktoria-Straße 10 – 12, 24103 Kiel

BeSucht die Beratungsstelle:

Die Suchtberatung stellt sich vor. Im Rahmen eines Tages der offenen Tür können interessierte Menschen sich an einem Nachmittag über die Arbeit der Beratungsstelle informieren. In entspannter Atmosphäre werden die Kolleg\*innen alle Fragen gerne beantworten.

13 – 16 Uhr



**Tag der offenen Tür**

## Suchthilfezentrum Kiel & DIAKO Fachambulanz

**Suchthilfezentrum Kiel & DIAKO Fachambulanz  
– Medizinisches Versorgungszentrum –**

Boninstraße 27a, 24114 Kiel

Wir möchten Sie in unseren Räumlichkeiten des Suchthilfezentrums Kiel bzw. der DIAKO Fachambulanz begrüßen. Erfahren Sie, wie eine zeitgemäße Substitutionsbehandlung stattfindet.

Mitarbeiter\*innen aus den verschiedenen Bereichen stehen Ihnen gerne für Gespräche und Informationen zur Verfügung. Es besteht die Möglichkeit, in einem Rundgang unser Haus kennenzulernen.

Getränke und Snacks stehen bereit.

---

14 – 17 Uhr



**Tag der offenen Tür**

## Früh erkennen und helfen!

**Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrische  
Institutsambulanz**

ZIP gGmbH Kiel, Haus 1, 2. OG Ostflügel

Niemannsweg 147, 24105 Kiel

Das Zentrum für Integrative Psychiatrie – ZIP gGmbH Kiel – betreibt Behandlungszentren in Kiel und in Lübeck, in denen unter einem gesamtheitlichen Blickwinkel Menschen mit psychischen Leiden untersucht und behandelt werden.

14 – 18 Uhr



## Interaktiver Mitmach-Garten

### stadt.mission.mensch gGmbH Kiel

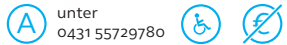
Van der Camer-Haus

Hasseer Straße 22, 24113 Kiel

In unserem interaktiven Mitmach-Garten erwarten Sie spielerische Selbsterfahrung, Informationen, Mitmach-Aktionen sowie mehr zum Thema seelische Gesundheit und Sucht. Lernen Sie unseren Sinnesgarten kennen, probieren Sie sich aus mit „Rauschbrille“ und „Alkohol-Quiz“, drehen Sie am Glücksrad, informieren Sie sich über NADA (Ohrakupunktur) und lassen Sie an unserem Mandala-Malstand Ihre Seele baumeln.

Weitere Aktionen: Trommeln, Mandelmaschine, Kaffee und Kuchen, Infostände. Geplant sind auch: „Flashmob“, Demenzparcour, Selbsttests, Märchenerzählerin u.v.m.

15 – 17 Uhr



## Psychiatrische Patientenverfügung

### Betreuungsverein Kiel e. V.

Andreas-Gayk-Haus, Saarbrückenstraße 50, 24114 Kiel

Psychiatrische Patientenverfügungen ermöglichen und sichern die Selbstbestimmung auch in psychischen Krisen. Nach einem Impulsreferat, in dem wir eine psychiatrische Patientenverfügung vorstellen, werden wir Ihre Fragen beantworten. Wir möchten die Veranstaltung ebenfalls nutzen, um uns mit Ihnen über Ihre Erfahrungen mit psychiatrischen Patientenverfügungen und Behandlungsvereinbarungen auszutauschen.

16:30 Uhr



## Menschen mit Demenz im Krankenhaus – wie können wir sie gemeinsam unterstützen?

### **Städtisches Krankenhaus Kiel, Geriatrie**

Bildungszentrum im Städtischen Krankenhaus  
Chemnitzstraße 33, 24116 Kiel

Eine notwendige Aufnahme im Krankenhaus ist stets eine Herausforderung und mit vielen Sorgen und Ängsten verbunden. Für einen Menschen mit Demenz ist der Verlust der vertrauten Umgebung, der Personen und Rituale eine noch viel stärkere Belastung. Er kann die fremde Umgebung des Krankenhauses, Gesichter und Stimmen kaum einordnen und reagiert mitunter verängstigt. Der Vortrag stellt dar, was Angehörige und Klinik vor und während eines Krankenhausaufenthaltes unterstützend beitragen können. Erörtert und vorgestellt wird u.a. eine Checkliste für die Aufnahme, das Krankheitsbild „Delir“ und dessen Vermeidung sowie die Station „Insel“ im Städtischen Krankenhaus.



17 – 18:30 Uhr Einlass ab 16 Uhr



## Vortrag und Gesprächsrunde für Angehörige von Menschen mit psychischen Störungen

### **Hochschulambulanz für Psychotherapie der Universität Kiel mit der Tagesklinik KIELER FENSTER**

Ambulantes Zentrum des Kieler Fensters  
Alte Lübecker Chaussee 1, 24114 Kiel

Eine psychische Erkrankung betrifft nie nur die Patient\*innen selbst, sondern immer auch deren soziales Umfeld. Angehörige spielen daher eine wichtige Rolle bei der Behandlung von Menschen mit psychischen Störungen. In dem Vortrag beleuchten Dr. Dipl.-Psych. Simone Goebel (Hochschulambulanz für Psychotherapie der CAU Kiel [HPK]) und Jane Richter (Psychiatrische Tagesklinik Kieler Fenster), welchen Belastungen Angehörige ausgesetzt sind, was diese sich vom professionellen Helfersystem wünschen, wie Angehörige auch auf eigene Grenzen achten können und welche Unterstützungsmöglichkeiten es für Angehörige gibt. Der Vortrag mit anschließender Gesprächsrunde richtet sich an Angehörige, Menschen mit psychischen Störungen und Kolleg\*innen aller sozialen Berufsgruppen.

---

18 Uhr



unter 0431 5000 10741  
gesundheitsforum-kiel  
@uksh.de



## Zurück ins Leben

### Depressionen erkennen und bewältigen

Vortrag von Prof. Dr. Kamila Jauch-Chara, Direktorin  
der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, ZIP gGmbH

#### **ZIP gGmbH Kiel (Zentrum für Integrative Psychiatrie)**

UKSH-Gesundheitsforum, Citti Park Kiel

Mühlendamm 1, 24113 Kiel

Das Zentrum für Integrative Psychiatrie – ZIP gGmbH Kiel –  
betreibt Behandlungszentren in Kiel und in Lübeck, in de-  
nen unter einem gesamtheitlichen Blickwinkel Menschen  
mit psychischen Leiden untersucht und behandelt werden.

---

18 – 20 Uhr



## Vorstellung der Angebote der Psychiatrischen Instituts- ambulanz

#### **ZIP gGmbH Kiel (Zentrum für Integrative Psychiatrie)**

Hörsaal Haus 1

Niemannsweg 147, 24105 Kiel

Das Zentrum für Integrative Psychiatrie – ZIP gGmbH Kiel –  
betreibt Behandlungszentren in Kiel und in Lübeck, in de-  
nen unter einem gesamtheitlichen Blickwinkel Menschen  
mit psychischen Leiden untersucht und behandelt werden.

---



19 Uhr

## Informationsabend für Eltern, Angehörige, Partner\*innen und Freund\*innen zum Thema Essstörungen

### **Frauenberatungsstelle & Eß-o-Eß**

Kurt-Schumacher-Platz 5, 24109 Kiel

Haben Sie das Gefühl, dass bei Ihrem Kind, Ihrer Schwester, Ihrer Freundin etwas mit dem Essverhalten nicht stimmt? Denken Sie, das ist kein „normales“ Essverhalten (mehr)? Welche Hilfen gibt es? Was können Angehörige tun? Wissen oder glauben Sie, dass Ihr Kind bzw. Ihre Freundin eine Essstörung hat oder entwickelt? Essstörungen bei Jugendlichen haben stark zugenommen. Ständig konfrontiert mit dem geltenden Schönheits- und Schlankheitsideal, sind immer mehr junge Menschen, insbesondere Mädchen und junge Frauen, mit dem eigenen Körper unzufrieden. Der Wunsch, so dünn wie möglich zu sein, führt sie zunehmend in einen Diäten- und Fitnesswahn, ein problematisches, extremes oder ungesundes Essverhalten und am Ende manchmal in eine sich immer stärker ausprägende Essstörung.



10 – 12 Uhr

## „Kiffen macht gleichgültig – mir doch egal!“

**AMEOS Klinikum Kiel,  
Selbsthilfekontaktstelle KIBIS Kiel**

Thor-Heyerdal-Gymnasium  
Vaasastraße 43, 24109 Kiel

**Die Veranstaltung ist nicht öffentlich.**

Suchtpräventive Informationsveranstaltung für Schüler\*innen der 9. Klasse zum Thema „Folgen des Cannabis-Konsums“

Referent: Dr. Daniel Meinecke

---

11 – 18 Uhr



außer  
Sanitäranlagen



## Willkommen an Bord!

**Marie-Christian-Heime e. V.**

Hinterhof der Villa Jugendstil  
Saarbrückenstraße 11, 24114 Kiel

Erleben – wahrnehmen – ausprobieren:

Setzen Sie für einen Tag gemeinsam mit uns die Segel und schnuppern Sie die Luft des Fachbereichs Sozialpsychiatrie. Unsere Crew freut sich auf einen anregenden Austausch und bereichernde Gespräche mit Ihnen. Informieren Sie sich über unsere Angebote, haben Sie Spaß an unseren Mitmachaktionen und genießen Sie einige Kleinigkeiten unserer Kombüse. Kommen Sie an Bord!

12:30 – 17 Uhr



Tag der offenen Tür

## AMEOS Klinikum Kiel

**AMEOS Klinikum Kiel,  
Kiel-Elmschenhagen**

Tiroler Ring 621–623, 24147 Kiel

Wir öffnen unser Haus für alle Interessierten. Wir stellen uns und unsere Klinik, das Konzept und die damit verbundenen Therapiemöglichkeiten vor. Hierbei gibt es unter anderem die Möglichkeit, sich bei Fachvorträgen über verschiedene Aspekte von Abhängigkeitserkrankungen zu informieren, ergo- und bewegungstherapeutische Angebote kennenzulernen, Fragen zu stellen und noch vieles mehr. Auch für das leibliche Wohl wird gesorgt.

---

14 Uhr



## „Musikalischer“ Flashmob zum Thema seelische Gesundheit

**stadt.mission.mensch gGmbH Kiel**

Auf dem Bahnhofvorplatz

(bei Regen auf und vor der Treppe im Bahnhof)

Gemeinsames Singen für die „seelische Gesundheit“,  
mit Chorbegleitung.

---

15 – 17 Uhr Einlass ab 14:30 Uhr



begrenzte  
Teilnehmerzahl

**Lesung**

# Dominik Bloh: „Unter Palmen aus Stahl“ – die Geschichte eines Straßen- jungen

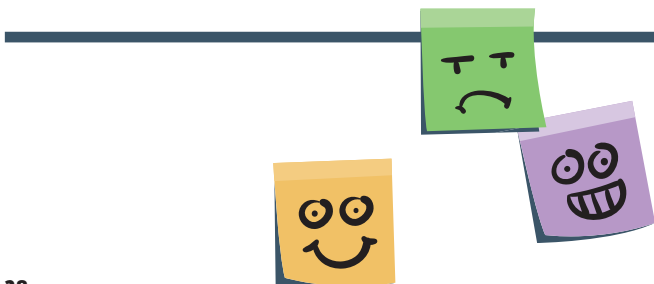
**Die Pumpe e. V./Galerie**

Haßstraße 22, 24113 Kiel

Dominik Bloh, früher unter anderem in der Nähe von Ratzeburg zu Hause gewesen und inzwischen 29 Jahre alt, ist in Hamburg mit 16 und für insgesamt 11 Jahre obdachlos geworden. Vom Stiefvater verprügelt, die Mutter schwer psychisch krank und mit dem Alltag überfordert: Als Dominik 16 Jahre ist, im Februar 2005, wirft seine Mutter ihn aus der Wohnung. Für ihn beginnen 11 Jahre, in denen er obdachlos auf den Straßen lebt oder sich als Mietnomade in Schrebergartenlauben und als Couchsurfer durchs Leben schlägt.

Trotzdem hält er weiter am Schulbesuch fest, auch wenn er immer wieder schwänzt. Nach der Realschule wechselt er auf ein Wirtschaftsgymnasium und macht dort sein Abitur.

Welche Erfahrungen macht ein junger Mensch unter so schwierigen Bedingungen? Welche Fakten helfen ihm, auf der Straße zu überleben, mit Sucht, Alkohol und psychischen Problemen fertig zu werden?



15:30 – 17 Uhr



## Gemeinsames Singen von Volksliedern und Schlagern für Alt und Jung

### **Alzheimer Gesellschaft Kiel e.V.**

Gneisenaustraße 2, 24105 Kiel

Musik begleitet uns vom Mutterleib bis zum Lebensende. Zudem stellt sie einen wichtigen Zugang zu Menschen mit Demenz dar. Sie holt aus der Isolation, bietet Geselligkeit, weckt viele Emotionen und Erinnerungen. Durch das noch lange intakte Musikgedächtnis haben Menschen mit Demenz Erfolgserlebnisse und blühen auf. Alle, die Lust haben mitzusingen, sind herzlich eingeladen.

---

16:30 – 18 Uhr



## „Ich arbeite gesund“ – Rückkehr an den Arbeitsmarkt 2. Arbeitsmarkt als Chance

### **Brücke Schleswig-Holstein gGmbH**

Stadtteilrestaurant Fleet  
Muhliusstraße 84, 24103 Kiel

Rückkehr auf den Arbeitsmarkt:

In einem Gespräch mit unterschiedlichen Akteur\*innen (Arbeitgeber\*innen, Fachkräfte, Klient\*innen) werden die Chancen und Grenzen vorgestellt und diskutiert.

Der 2. Arbeitsmarkt als Chance: Mitarbeiter\*innen der Starthilfe stellen ihre Arbeit vor.

17 – 19 Uhr



## Engagement macht glücklich

**netteKieler Ehrenamtsbüro,**

**Leitstelle Älter werden der Landeshauptstadt Kiel**

Neues Rathaus A 454,

Andreas-Gayk-Straße 31, 24103 Kiel

Glückliche Menschen leben länger, denn „Glück entlastet das Immunsystem: Wir sind gesünder und leben dadurch länger“, so Glücksforscher.

Engagement macht vor allem Spaß, geben Engagierte als ihre wichtigste Motivation an. Und wer Spaß hat, ist auch glücklicher, sagt wiederum die Glücksforschung. Aber warum ist das eigentlich so und wie und wo kann man sich in Kiel denn engagieren? Diesen und anderen Glücksformeln wollen wir im Rahmen der Veranstaltung nachgehen. Hilfsbereitschaft verlängert das Leben!

---

18 Uhr



unter 0431 5000 10741  
gesundheitsforum-kiel  
@uksh.de



## Rätsel „Psychose“

**Erscheinungsbilder und Behandlung**

**ZIP gGmbH Kiel (Zentrum für Integrative Psychiatrie)**


UKSH Gesundheitsforum Citti Park Kiel

Mühlendamm 1, 24113 Kiel

In einer Psychose beherrschen fremde Stimmen und Bilder das Leben. Sie trifft den Kern unseres Menschseins. Dabei ist diese Erkrankung viel häufiger als man denkt, etwa 1% der Bevölkerung sind von ihr betroffen. In dem Vortrag von Prof. Dr. Robert Göder wird darauf eingegangen, wodurch Psychosen entstehen können und warum auch Gedächtnisstörungen dabei von Bedeutung sind.

Es werden verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten vorgestellt, insbesondere psychotherapeutische Therapieverfahren der Psychosen. Anschließend können Fragen jeder Art gestellt werden.

18 Uhr

 unter 0431 61549  
oder [info@fsg-sh.de](mailto:info@fsg-sh.de)



Spende  
erbeten

## Stress und Stressbewältigung

**Ein Vortrag nur für Frauen**

### **Frauen Sucht Gesundheit e. V.**

Holtener Straße 127, 24118 Kiel

Stress ist ein Teil des täglichen Lebens und sogar notwendig, um aktiv und präsent zu sein.

Problematisch wird es, wenn der Stress zu viel oder gar chronisch wird. Frauen und Männer unterscheiden sich hinsichtlich ihres Stresserlebens und -verhaltens. Frauen entwickeln häufiger körperliche Stresssymptome. Birgit Rodemund, Psychotherapeutin (KJP) spricht darüber, wie Stress entsteht, wie persönliche Stressoren zu erkennen sind und welche Möglichkeiten der Entspannung und Bewältigung ratsam sind.



18:30 – 21 Uhr



Kartenreservierung wird empfohlen,  
Anmeldung unter 0431 200765



2 Plätze für Rollstuhlfahrer\*  
innen vorhanden



Eintritt: 7€  
Ermäßigt: 6€

**IRRE GUTE Filme:**

## Ich hab's geschafft

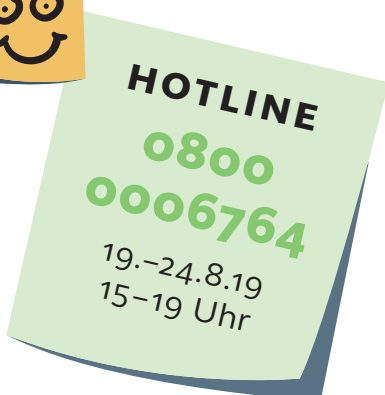
**KIELER FENSTER – Verein zur Förderung  
sozialpädagogischer Initiativen e. V.,  
Brücke Schleswig-Holstein gGmbH**

Die Pumpe e. V., Kinosaal

Haßstraße 22, 24113 Kiel

Vorführung des Dokumentarfilms „Ich hab's geschafft“  
zum Thema Essstörung mit anschließendem Gespräch  
mit den Filmemacherinnen von Waage e. V.

In „Ich hab's geschafft“ erzählen Menschen, wie sie Ess-  
störungen überwunden haben. Acht Frauen und ein Mann  
berichten in berührenden Portraits von ihrer ganz persön-  
lichen Geschichte mit der Erkrankung. Mutig, offen und  
ehrlich sprechen sie darüber, warum sie krank geworden  
sind, wie sie ihre Essstörung bewältigt haben und wie es  
ihnen heute geht.





13 – 14 Uhr



## Ambulante Behandlungsangebote für Menschen mit Borderline / Persönlichkeitsstörung

### ZIP gGmbH Kiel (Zentrum für Integrative Psychiatrie)

Psychiatrische Institutsambulanz

Hörsaal, Niemannsweg 147, 24105 Kiel

Das Zentrum für Integrative Psychiatrie – ZIP gGmbH Kiel – betreibt Behandlungszentren in Kiel und in Lübeck, in denen unter einem gesamtheitlichen Blickwinkel Menschen mit psychischen Leiden untersucht und behandelt werden.

14 Uhr



unter 0431 2101741 oder  
service@mediendom.de



Eintritt: 9,50 €  
Ermäßigt: 7,50 €

### Filmvorführung:

## „Sterne und Träume“

**Ruhige Filmvorführung über Orte der Erde und das All, empfohlen für Senior\*innen – Dauer: 60 Minuten**

### Mediendom der Fachhochschule Kiel

Sokratesplatz 6, 24149 Kiel

Herzlich willkommen zu einer Veranstaltung, die sich besonders auf die Bedürfnisse älterer Personen ausrichtet. In ruhiger Atmosphäre streifen wir über den Sternenhimmel und genießen wunderschöne Orte der Erde und im All. Die Informationsdichte ist reduziert, Schönes begegnet uns ohne hektische Effekte, mit einfühlsamer Musik begleitet.

Freundlich und sympathisch soll es zugehen, ein Genuss für die Seele. Für die ältere Generation, aber auch für alle anderen, die dieses Format anspricht.

**FREITAG 23.08.2019**

15:30 Uhr



unter 0431 2101741 oder  
service@mediendom.de



Eintritt: 10 €  
Ermäßigt: 8 €

Dauer: 60 Minuten  
Empfohlen ab 12 Jahren

**Filmvorführung:**

**„Zauber der Anderswelt“**

**Mit musikalischer Untermalung**

**Mediendom der Fachhochschule Kiel**

Sokratesplatz 6, 24149 Kiel

Die Musik der keltischen Harfen kann uns verzaubern und in eine „Anderswelt“ führen. Kompositionen von Christine Högl verbinden uns auf eine sinnliche Weise mit den tiefen Gefühlen unseres Wesens. So schafft die Musik eine Atmosphäre von Entspannung und Geborgenheit, erreicht Körper und Seele, um still zu werden für eine Reise nach innen. Arrangiert in ästhetischen Bildwelten lässt es sich aufatmen und Ruhe finden. Eine Wohltat für Körper, Seele und Geist.

---



**HOTLINE**

**0800  
0006764**

19.-24.8.19  
15-19 Uhr

16 Uhr



unter  
0431 8886295



# Burnout und Depression

## Entwicklung und therapeutische Möglichkeiten

**John-Rittmeister-Institut für Psychoanalyse, Psychotherapie und Psychosomatik Schleswig- Holstein e.V.**

Stresemannplatz 4, 24103 Kiel

Während des Vortrages von Martina Gartner werden die Vorstufen eines Burnouts dargestellt, um die unterschiedlichen Entwicklungen vom Burnout zur Depression zu verstehen. Er werden grundlegende Auswirkungen von Stress auf Körper und Psyche erklärt (Symptome und deren Hintergründe) sowie einfache Möglichkeiten aufgezeigt, diesen Kreislauf zu unterbrechen. Außerdem wird erklärt, welche Schritte bei der Behandlung von Burnout/Depression notwendig sind und weshalb die Behandlung so lange Zeit in Anspruch nimmt.

---

13:30– 19:30 Uhr

**Abschlussveranstaltung**

# Mut-Lauf Kiel 2019 mit Markt der Möglichkeiten

**KIELER FENSTER – Verein zur Förderung  
sozialpädagogischer Initiativen e.V.**

Kieler Moorteichwiesen, Zugang Johann-Meyer-Straße,  
24114 Kiel

Der MUT-LAUF ist ein Lauf-Event für die seelische Gesundheit und die offizielle Abschlussveranstaltung der 1. Woche der seelischen Gesundheit in Kiel. Teilnehmen kann jede\*r, der/die gerne läuft, walkt oder Rolli fährt! Auf dem Markt der Möglichkeiten präsentieren Selbsthilfegruppen, sozialpsychiatrische Anbieter, Kliniken, Sportvereine etc. ihre Angebote. Zudem findet ein buntes Rahmenprogramm mit Musik, Kinderprogramm und kulinarischen Angeboten statt. Alle weiteren Informationen zum Programm und zur Online-Anmeldung finden Sie auf

[www.mut-lauf.de](http://www.mut-lauf.de)



unter  
[www.mutlauf.de](http://www.mutlauf.de)



kostenfrei  
Teilnahmegebühr für Läufer\*innen  
Erwachsene: 5€  
Kinder: 1€



**HOTLINE**

**0800  
0006764**

19.-24.8.19  
15-19 Uhr

# Kooperationspartner\*innen der 1. Woche der seelischen Gesundheit in Kiel

 <p><b>Alzheimer Gesellschaft Kiel e.V.</b> - Selbsthilfe Demenz -</p>	
	 <p>Pflegedienste Kiel gGmbH <b>Beratungsstelle Demenz und Pflege</b></p>
 <p>Betreuungs- verein Kiel</p>	 <p><b>Brücke SH</b></p>
	
 <p><b>DER PARITÄTISCHE</b> SCHLESWIG-HOLSTEIN</p>	
	<p>Frauenberatungsstelle und Eß-o-Eß</p> 
 <p><b>FRAUEN SUCHT GESUNDHEIT</b></p>	 <p>GSHN Gesellschaft für Soziale Hilfen in Norddeutschland Träger: KJSH-Stiftung für Kinder-, Jugend- und Soziale Hilfen <a href="http://www.gshn-kiel.de">www.gshn-kiel.de</a></p>
 <p>Christian-Albrechts-Universität zu Kiel Hochschulambulanz für Psycho- therapie der Universität Kiel</p>	 <p><b>IFT-NORD</b> Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung</p>

 <p><b>IHRIBS</b> Treffpunkt und Beratung für Frauen mit und ohne Psychiatrieerfahrung</p>	
 <p><b>KIBIS</b> Kontakte Information Beratung im Selbsthilfebereich</p>	 <p><b>KIELER FENSTER</b></p>
 <p><b>Kiel.</b> Sailing. City. <b>Kiel</b></p>	 <p><b>KJSH</b></p>
<p>Landesverband Schleswig-Holstein der Angehörigen und Freunde psychisch Kranker e.V.</p>	 <p>Marie-Christian-Heime <i>selbstbestimmt leben</i></p>
 <p><b>MEDIENDOM DER FACHHOCHSCHULE KIEL</b></p>	 <p><b>nettekieler</b> Ehrenamtsbüro</p>
 <p>städt.mission.mensch</p>	 <p><b>Städtisches KRANKENHAUS KIEL</b></p>
 <p><b>UK SH</b> UNIVERSITÄTSKLINIKUM Schleswig-Holstein</p>	 <p><b>U.s.B. Kiel</b> Unabhängige sozialpsychiatrische Beschwerdestelle Kiel</p>
 <p><b>ZP</b>   Zentrum für Integrative Psychiatrie</p>	

---

**Herausgeberin:**



Landeshauptstadt Kiel

**Adresse:** Pressereferat, Postfach 1152, 24099 Kiel, **Redaktion:** Amt für Gesundheit und Pressereferat, **Fotos:** Marco Knopp (S. 5), Sonja Schulz (S. 7), **Layout:** schmidtundweber, Kiel, **Druck:** hansadruck, Kiel 06/2019