

# Seelisch gesund leben

Dreycedern veranstaltet erstmals eine Woche zum Thema

**ERLANGEN — Unter dem Motto „Seelische Gesundheit leben!“ findet in der Zeit vom 8. bis zum 14. November zum ersten Mal die „Woche für seelische Gesundheit“ statt.**

Der Verein Dreycedern organisiert diese Aktion für das Erlanger Bündnis gegen Depression. Eingebunden sind Kliniken, Ärzte, Psychologen und Therapeuten, aber auch Selbsthilfegruppen, Beratungsstellen und Vereine mit unterschiedlichsten Angeboten. Die Palette reicht von Vorträgen und Informationsveranstaltungen über den fachlichen Austausch beim Brunch und eine Kunstaussstellung bis hin zum Gottesdienst zum Abschluss.

Es geht bei der „Woche der seelischen Gesundheit“ um Information und Aufklärung, um Prävention und Beratung. Denn nach wie vor werden psychische Erkrankungen oft tabuisiert. Betroffene leiden nicht nur an Körper und Seele, sondern auch an sozialer Ausgrenzung.

Die erste Woche für seelische Gesundheit in Erlangen soll dazu dienen, diese Themen in vielfältigen Angeboten den Bürgerinnen und Bürgern nahe zu bringen, seelische Gesundheit betrifft jeden. Sie soll auch Wege aufzeigen, zu seelischer Gesundheit zu gelangen und dazu ermutigen, sich kompetente Hilfe zu holen. Innerhalb der Woche werden über 30 Einzelveranstaltungen im gesamten Stadtgebiet stattfinden. Themen sind hierbei unter anderem Burn-out- Prävention, Stressbewältigung, Depression und Krankheit, Empowerment, psychische Gesundheit, Aktivierung der Selbstheilungskräfte und vieles mehr.

Die Woche für seelische Gesundheit beginnt am Montag, 8. November, um 18 Uhr im Haus der Gesundheit, Verein Dreycedern, Altstädter Kirchenplatz 6.

Bürgermeister Gerd Lohwasser wird sie eröffnen. Danach geht Prof. Kornhuber, der ärztliche Direktor der psychiatrischen und psychotherapeutischen Universitätsklinik, gemeinsam mit zwei Seelsorgern der Klinik der Frage „Was ist seelische Gesundheit aus psychiatrischer und aus theologischer Sicht?“ nach.

## Viele sind mit im Boot

Die „Woche für seelische Gesundheit“ wäre ohne die Unterstützung der Aktionspartner, aber auch ohne die finanziellen Hilfe einiger Organisationen nicht möglich. Der Verein Dreycedern konnte die Siemens Betriebskrankenkasse (SBK), den Verein Angehörige psychisch Kranker und die Stiftung Angehöriger psychisch Kranker, die Bezirkskliniken Mittelfranken, die Rotarier und die **Bürgerstiftung** Erlangen mit ins Boot holen.

① Die Übersicht über die Veranstaltungen ist unter [www.dreycedern.de](http://www.dreycedern.de) oder unter [www.gesundheit-erlangen.de](http://www.gesundheit-erlangen.de) zu finden. Auch in den Programmheften sind die Einzelheiten veröffentlicht.