

Pressemitteilung

Veranstaltungskalender zu den „Wochen der Seelischen Gesundheit im Saarland“ im Oktober ab sofort erhältlich

Die Krankenkassenberichte belegen es: Immer mehr Menschen leiden unter psychischen Erkrankungen, Stresssymptomen oder psychischer Überlastung. Was kann der Einzelne tun, um sein seelisches Gleichgewicht zu erhalten oder wiederherzustellen? Wie können schwierige Lebenssituationen wie Scheidung, Arbeitslosigkeit, Verlust eines nahestehenden Menschen oder eine psychische Erkrankung in der Familie bewältigt werden? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es bei Depressionen, Ängsten, traumatischen Erfahrungen oder bei Spielsucht? Informationen, Anregungen, Tipps und Erfahrungsaustausch zu diesen Fragen stehen im Zentrum der diesjährigen Wochen der Seelischen Gesundheit im Saarland vom 7.-21. Oktober. Dabei liegt ein Schwerpunkt auf der seelischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen z.B. in Vorträgen zu den Themen Pubertät, was Kinder stark macht und dem Film „übergeschnappt“, der mit viel Leichtigkeit die Geschichte einer Neunjährigen und ihrer an Depression erkrankten Mutter erzählt.

Zahlreiche Mitmachangebote laden dazu ein, die eigenen kreativen Fähigkeiten mit Farbe, Tönen, Musik oder im Spiel zu entdecken und auszuprobieren, denn die Möglichkeit, Erlebtes, Gedachtes, Gefühltes anders auszudrücken als im Alltag trägt wesentlich zu seelischer Gesundheit bei. Gleichzeitig wird aus vielen Erfahrungsberichten Betroffener und den Biographien berühmter Künstler/innen deutlich, dass gerade aus seelischen Krisen, schwierigen Lebenssituationen oder psychischen Erkrankungen heraus Neues - Anderes - entstehen kann. Lesungen, Ausstellungen, Filme, Theater und ein Orgelkonzert lassen die Besucher und Besucherinnen die große emotionale Tiefe und Intensität in den Werken von Psychiatrie-Erfahrenen und psychisch kranken Künstler/innen erleben.

Mit den Wochen der Seelischen Gesundheit wollen die Organisatoren die LAGS-LandesArbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung Saarland, das Saarländische Bündnis gegen Depression und die KISS-Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland über psychische Erkrankungen aufklären und für mehr Akzeptanz eintreten. Den Auftakt bilden eine szenische Collage zum Leben Vincent van Goghs und ein Vortrag, der sich mit dem Zusammenhang von Kreativität und Krise, Kunst und Depression befasst. Zum Abschluss findet der Lauf gegen Depression- für ein faires Miteinander im Deutsch-Französischen Garten in Saarbrücken statt.

Die Wochen der Seelischen Gesundheit im Saarland werden unterstützt von AOK-Die Gesundheitskasse, BARMER GEK, IKK-Südwest, Knappschaft und dem Ministerium für Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie. Die Schirmherrschaft hat Gesundheitsminister Andreas Storm übernommen.

Die mehr als 100 Veranstaltungen und Treffen der Selbsthilfegruppen saarlandweit sind in einem 44-seitigen Kalender zusammengestellt. Der Veranstaltungskalender ist kostenlos zu beziehen bei KISS 06817 9602130 und im Internet unter [www.seelische-gesundheit-saarland.de](http://www.seelische-gesundheit-saarland.de)

Mehr Informationen: Petra Otto, KISS, Saarländisches Bündnis gegen Depression 06817 9602130

Franz Gigout, LAGS 0681 9761970