

CARITASVERBAND  
Offenbach/Main e.V.



## IM GESPRÄCH: SEELISCH GESUND LEBEN

**Themenabende 2016**

in der **PsychoSozialen**  
Kontakt- und Beratungsstelle Rüsselsheim

**Anmeldeanschrift:**

CaritasZentrum Rüsselsheim  
Goethestraße 2  
65428 Rüsselsheim

**Telefon:**

(0 61 42) 330 900

**E-Mail:**

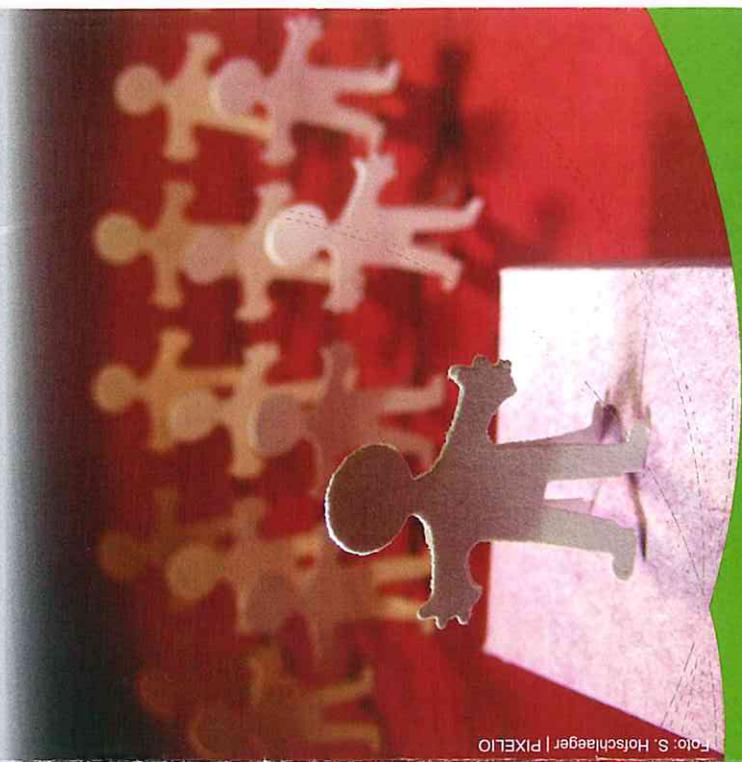
[caritaszentrum-st.georg@cv-offenbach.de](mailto:caritaszentrum-st.georg@cv-offenbach.de)

Die Themenabende wurden konzipiert von  
Mitarbeitern des CaritasZentrums Rüsselsheim,  
Fachdienst Psychosoziale Kontakt- und  
Beratungsstelle, unter Mitwirkung engagierter  
Betroffener.



**vom Kreis**  
Groß-Gerau

Foto: S. Hofschlaeger | PIXELIO



## UMGANG MIT SEELISCHEN PROBLEMEN

Triolog: Menschen mit seelischen Problemen, Angehörige und Fachkräfte

Seelische Erkrankungen machen Angst, erzeugen Verunsicherungen und Leid.

Mit den Themenabenden bietet das CaritasZentrum die Möglichkeit zum Triolog als gegenseitiges offenes Gespräch, in dem alle Beteiligten – Betroffene und ihre Angehörigen, Ehrenamtliche und professionelle Helfer – ihre Erfahrungen einbringen und austauschen. Jeder Einzelne kann aus seiner Perspektive etwas beitragen und alle Beteiligten sprechen „auf gleicher Augenhöhe“ mit einander:

- Betroffene können darüber berichten, was eine seelische Erkrankung „mit Ihnen macht“
- Angehörige können darstellen, was die Erkrankung bei Ihnen selbst und den anderen Familienmitgliedern auslöst
- und Professionelle berichten von ihren subjektiven Erfahrungen in der Begegnung mit Menschen, die erkrankt sind.

## TERMINE

**Donnerstag, 22.09.2016 um 18.00 Uhr**  
**„Sport bewegt - raus aus der Depression“**

Referentin:  
Patricia Gill-Schultz  
Dipl. Psychologin, Darmstadt

**Donnerstag, 20.10.2016 um 18.00 Uhr**  
**„Vorstellung Segel-Kurs: Seelisch gesund leben“**

Referentinnen:  
Monika Karst  
Dipl. Pädagogin, PSKB Caritas Rüsselsheim  
Stefanie Vismaler  
Genesungsbegleiterin

**Donnerstag, 17.11.2016 um 18.00 Uhr**  
**„Achtsamkeit und psychische Erkrankung“**

Referent:  
Dr.phil.Dipl.Soz. Michael Huppertz  
Arzt für Psychiatrie, Psychotherapie Darmstadt

## ANFAHRT



Die Themenabende finden donnerstags um 18.00 Uhr im Haus Goethestraße 2 / Ecke Schillerstraße statt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Wir bitten um telefonische Anmeldung unter der Rufnummer (0 61 42) 330 900