

Ich traue mich!

24.9. bis 31.10.2019



KURATORIUM
PSYCHISCHE
GESUNDHEIT

Salzburger Aktionstage Psychische Gesundheit

SEPTEMBER

Di 19:00	24.	Helfen und dabei gesund bleiben Podiumsgespräch/Gesundheitsausstellung	Dr. Zuzan und Dr. Zlanabitnig informieren worauf Angehörige achten sollen, wo sie Informationen, Unterstützung und Hilfe für sich selbst bekommen.	Kuratorium für psychische Gesundheit	Salzburg, Karolingerstr. 40, Salzburger Nachrichten - Saal
Mi 19:00	25.	Helfen und dabei gesund bleiben Vortrag und Gesundheitsausstellung	Dr. Zuzan und Fr. Wieland informieren worauf Angehörige achten sollen, wo sie Informationen, Unterstützung und Hilfe für sich selbst bekommen.	Kuratorium für psychische Gesundheit	St. Johann, Leo-Neumayr-Pl. 1, Kultur- und Kongresshaus
Mi 19:00	25.	Helfen und dabei gesund bleiben Vortrag und Gesundheitsausstellung	Mag. Weinlich und Fr. Steffen informieren worauf Angehörige achten sollen, wo sie Informationen, Unterstützung und Hilfe für sich selbst bekommen.	Kuratorium für psychische Gesundheit	Tamsweg, Friedhofstraße 6, WIFI-Wirtschaftskammer
Mi 19:30	25.	Nevrland Kinofilm mit Podiumsdiskussion	Österr. Spielfilm (2019) zum Thema Angststörungen/Homosexualität mit anschließender Publikums-/Podiumsdiskussion.	Pro Mente Sbg, DAS KINO, Film-laden Filmverleih	Salzburg, Giselakai 11, DAS KINO
Do 19:30	26.	Helfen und dabei gesund bleiben Podiumsgespräch/Gesundheitsausstellung	Dr. Zuzan und Hr. Ettenauer informieren worauf Angehörige achten sollen, wo sie Informationen, Unterstützung und Hilfe für sich selbst bekommen.	Kuratorium für psychische Gesundheit	Mittersill, Gerlosstraße 18, Nationalparkzentrum
Do 17:00	26.	Selbstkontrolltraining (SKOLL) Schnupperstunde bis 18:30	Alkohol, Cannabis, Nikotin, Handy etc. Der Konsum oder das riskante Verhalten stabilisieren, reduzieren oder darauf verzichten. Wie geht das?	Suchthilfe Salzburg Anmeldung bis 25.9. 0662/431450	Salzburg, Ignaz-Harrer-Straße 88, Seminarraum
Mo 17:30	30.	Selbstkontrolltraining (SKOLL) Schnupperstunde bis 19:00	Alkohol, Cannabis, Nikotin, Handy etc. Der Konsum oder das riskante Verhalten stabilisieren, reduzieren oder darauf verzichten. Wie geht das?	Suchthilfe Salzburg Anmeldung bis 27.9. 0662/431450	Zell am See, Schulstraße 8

OKTOBER

Di 17:30	1.	Selbstkontrolltraining (SKOLL) Schnupperstunde bis 19:00	Alkohol, Cannabis, Nikotin, Handy etc. Der Konsum oder das riskante Verhalten stabilisieren, reduzieren oder darauf verzichten. Wie geht das?	Suchthilfe Salzburg Anmeldung bis 30.9. 0662/431450	St. Johann/Pg., Industriestraße 14
Di 19:00	1.	About a Girl Kinofilm mit Podiumsdiskussion	Deutscher Kinofilm (2015) über den Suizidversuch einer Jugendlichen mit anschließender Podiums-/Publikumsdiskussion.	Pro Mente Salzburg Dieselkino Bruck/Glocknerstraße	5671 Bruck/Glstr., Gewerbestrasse 2, Dieselkino
jeden Di und Do 12:15	1., 3.	Entspannung und gesunde Anspannung für Frauen bis 12:45	Die Entspannungsübung bietet Frauen die Möglichkeit einmal oder an allen Tagen eine andere Art „Pause“ zu probieren, auch alltagstauglich.	FrauenGesundheitsZentrum Salzburg	Salzburg, Alpenstraße 48, 1. Stock (Zentrum Herrnau)
Mo 10:00	7.	Selbstkontrolltraining (SKOLL) Schnupperstunde bis 11:30	Alkohol, Cannabis, Nikotin, Handy etc. Der Konsum oder das riskante Verhalten stabilisieren, reduzieren oder darauf verzichten. Wie geht das?	Suchthilfe Salzburg Anmeldung bis 6.10. 0662/431450	Salzburg, Ignaz-Harrer-Straße 88, Seminarraum
Di 12:15	8.	Entspannung und gesunde Anspannung für Frauen bis 12:45	Die Entspannungsübung bietet Frauen die Möglichkeit einmal oder an allen Tagen eine andere Art „Pause“ zu probieren, auch alltagstauglich.	FrauenGesundheitsZentrum Salzburg	Salzburg, Alpenstraße 48, 1. Stock (Zentrum Herrnau)
Mi 17:00	9.	Mit Diabetes entspannt durch den Alltag Workshop bis 18:30	Kostenloser Workshop - Progressive Muskelentspannung, Kurzentspannungsübungen u.a.	Gesundheitsinformationszentrum der SGKK	Salzburg, Engelbert-Weiß-Weg 10, SGKK
Do 12:15	10.	Entspannung und gesunde Anspannung für Frauen bis 12:45	Die Entspannungsübung bietet Frauen die Möglichkeit einmal oder an allen Tagen eine andere Art „Pause“ zu probieren, auch alltagstauglich.	FrauenGesundheitsZentrum Salzburg	Salzburg, Alpenstraße 48, 1. Stock (Zentrum Herrnau)
Do 10:00	10.	Krise und Chance Infostand Psychisch krank bis 19 Uhr	Gruppenangebote und Einzelgespräche. Was bringen mir die Angebote des Peer Centers - Psychosoziale Betroffeneinrichtung?	Peer Center Salzburg	Salzburg, Franziskanergasse 3 (Infopoint Kirchen)
Do 14:00	10.	„Rundum gesund“ PräventionsCafe bis 16 Uhr	Was stärkt Jugendliche in ihrem Gesundheitsbewusstsein, was stresst sie im Leben? Anmeldung: suchtprevention@akzente.net	Akzente Salzburg, Jugendinfo & Fachstelle-Suchtprävention	Salzburg, Glockengasse 4c, akzente Seminarraum

Ich traue mich!

24.9. bis 31.10.2019



Salzburger Aktionstage Psychische Gesundheit

OKTOBER

Do 18:30	10.	Lebendige Bibliothek bis 21 Uhr	„Leben in einer trinkfreudigen bzw. alkoholfreundlichen Gesellschaft“ ExpertInnen stellen sich für ein Gespräch zur Verfügung.	SOALP-Caritas Salzburg, Akzente, Fachstelle-Suchtprävention	Elsbethen, F. W.-Raiffeisenstraße 2, Katholisches Bildungswerk
Fr+ Sa 11:00	11.+ 12.	Tag der offenen Tür bis 17 Uhr	Das Peer Center Salzburg gibt einen Überblick über die Angebote in Salzburg und Zell am See. Austausch für Betroffene von Betroffenen	Peer Center Salzburg	Salzburg, Lessingstraße 6, Kiesel, Peer Center SBG
Di 12:15	15.	Entspannung und gesunde Entspannung für Frauen bis 12:45	Die Entspannungsübung bietet Frauen die Möglichkeit einmal oder an allen Tagen eine andere Art „Pause“ zu probieren, auch alltagstauglich.	FrauenGesundheitsZentrum Salzburg	Salzburg, Alpenstraße 48, 1. Stock (Zentrum Herrnau)
Di 19:00	15.	Was hält Frauen psychisch gesund? Vortrag u. Gesprächsrunde	Die Erwartungen an Frauen hinsichtlich Rolle, Leistung, Schönheit können Ihre Gesundheit gefährden - immunisieren Sie sich dagegen mit Fakten.	FrauenGesundheitsZentrum Anmeldung: office@fgz-salzburg.at	Salzburg, Alpenstraße 48, 1. Stock (Zentrum Herrnau)
Mi 17:30	16.	Vorübergehend berufsunfähig? Vortrag mit Diskussion	Die Phase des Reha-Geld-Bezugs als Chance für psych. erkr. Menschen. Die Casemanagerin informiert über Reha-Möglichkeiten in dieser Phase.	AHA - Angehörige helfen Angehörigen GIZ	Salzburg, Engelbert-Weiß-Weg 10, SGKK
Do 12:15	17.	Entspannung und gesunde Entspannung für Frauen bis 12:45	Die Entspannungsübung bietet Frauen die Möglichkeit einmal oder an allen Tagen eine andere Art „Pause“ zu probieren, auch alltagstauglich.	FrauenGesundheitsZentrum Salzburg	Salzburg, Alpenstraße 48, 1. Stock (Zentrum Herrnau)
Fr 10:00	18.	Zeit für mich Workshop bis 11:30	Tu dir selbst was Gutes! Erlebe Freude, Leichtigkeit und Entspannung beim Lachyoga und stärke Körper und Seele durch einfache Übungen.	Laube sozial-psychiatrische Aktivitäten	Tamsweg, Kirchengasse 8, Tageszentrum Schloss Kuenburg
Di 12:15	22.	Entspannung und gesunde Entspannung für Frauen bis 12:45	Die Entspannungsübung bietet Frauen die Möglichkeit einmal oder an allen Tagen eine andere Art „Pause“ zu probieren, auch alltagstauglich.	FrauenGesundheitsZentrum Salzburg	Salzburg, Alpenstraße 48, 1. Stock (Zentrum Herrnau)
Mi 14:00	23.	Zeit für mich Workshop bis 15:30	Tu dir selbst was Gutes! Erlebe Freude, Leichtigkeit und Entspannung beim Lachyoga und stärke Körper und Seele durch einfache Übungen.	Laube sozial-psychiatrische Aktivitäten	Tamsweg, Kirchengasse 8, Tageszentrum Schloss Kuenburg
Do 9:30	24.	Rennen bis zum Ausbrennen? Workshop bis 16:00	Bausteine zur Prävention psychischer Belastungen in der Arbeit. Gesetze, Modelle und Umsetzung, Praxissessions: konkrete Umsetzung, Bsp.	Arbeiterkammer Salzburg Fit2work	Salzburg, Markus Sittikus Str. 10, AK Salzburg
Do 12:15	24.	Entspannung und gesunde Entspannung für Frauen bis 12:45	Die Entspannungsübung bietet Frauen die Möglichkeit einmal oder an allen Tagen eine andere Art „Pause“ zu probieren, auch alltagstauglich.	FrauenGesundheitsZentrum Salzburg	Salzburg, Alpenstraße 48, 1. Stock (Zentrum Herrnau)
Do 17:00	24.	Wie wird Älter werden dargestellt? Literatur & Diskussion bis 19:00	Wie wird Älter werden in der Literatur dargestellt? Lesung unterschiedlicher Textpassagen und Diskussion.	Caritas Salzburg - Fachbereich Betreutes Wohnen	Oberalm, Aubauernweg 31, Betreutes Wohnen
Di 12:15	29.	Entspannung und gesunde Entspannung für Frauen bis 12:45	Die Entspannungsübung bietet Frauen die Möglichkeit einmal oder an allen Tagen eine andere Art „Pause“ zu probieren, auch alltagstauglich.	FrauenGesundheitsZentrum Salzburg	Salzburg, Alpenstraße 48, 1. Stock (Zentrum Herrnau)
Mi 19:00	30.	„Krisen nutzen“ Vortrag bis ca. 21:00	Vortrag von Josef G. Demitsch, Leiter der Ambulanten Krisenintervention: Wie man Krisen bewältigen und seinen Nutzen daraus ziehen kann.	Pro Mente Salzburg	Salzburg, Karolingerstraße 40, Saal der Salzburger Nachrichten
Mi 19:00	30.	Wenn Essen zum Problem wird...! Vortrag bis 20:30	In diesem Vortrag soll ein größeres Bewusstsein für Essstörungen und ein ersten Zugang zu der Thematik geschaffen werden.	FrauenGesundheitsZentrum Anmeldung: office@fgz-salzburg.at	Salzburg, Alpenstraße 48, 1. Stock (Zentrum Herrnau)
Do 12:15	31.	Entspannung und gesunde Entspannung für Frauen bis 12:45	Die Entspannungsübung bietet Frauen die Möglichkeit einmal oder an allen Tagen eine andere Art „Pause“ zu probieren, auch alltagstauglich.	FrauenGesundheitsZentrum Salzburg	Salzburg, Alpenstraße 48, 1. Stock (Zentrum Herrnau)