

**Trau Dich ...!**



**13.9. bis 8.11.2018**

www.kuratorium-psychische-gesundheit.at



## Salzburger Aktionstage Psychische Gesundheit

### SEPTEMBER

Do 9:00	13.	<b>Trau Dich!</b> Aktionsauftakt bis 12:00	Gratisverteilung persönlicher Komplimente durch einen lebenden „Komplimentomaten“; Anwesenheit von Dr. Manfred Stelzig	Kuratorium für psychische Gesundheit	Salzburg, Schranzenmarkt, Kassa Tiefgarage Mirabell
Fr 11:00	14.	<b>Albertus Magnus Haus</b> Neueröffnung und Jubiläum bis 15:00	Rund um die Psychiatrische Altenpension. Messestände, Vorstellung der Angebote für Menschen mit psych. Beeinträchtigung	Caritas	Salzburg, Gaisbergstraße 27, Albertus Magnus Haus
Do 17:00	20.	<b>Arbeit anders denken</b> ExpertInnencafe zur Digitalisierung	Was tun damit Digitalisierung allen nützt? Inputs von ExpertInnen, spannende Diskussionen rund ums Thema „Arbeit anders Denken“.	Arbeiterkammer Salzburg und ITG Salzburg	Mitterberghütten Werksgelände 30, Tech.-Ausb.-Zentrum
Di 19:00	25.	<b>Warum wir vertrauen können</b> Vortrag und Ausstellung Mitglieder	Im Vortrag zeigt Dr. Manfred Stelzig wie das Ursehnsuchtsprogramm aufgebaut ist, wie es wirkt und wie es sich stärken lässt.	Kuratorium für psychische Gesundheit	Salzburg, Karolingerstr. 40, Salzburger Nachrichten - Saal
Mi 19:00	26.	<b>Warum wir vertrauen können</b> Vortrag	Im Vortrag zeigt Dr. Manfred Stelzig wie das Ursehnsuchtsprogramm aufgebaut ist, wie es wirkt und wie es sich stärken lässt.	Kuratorium für psychische Gesundheit	St. Johann, Leo-Neumayr-Pl. 1, Kultur- und Kongresshaus
Mi 19:00	26.	<b>Warum wir vertrauen können</b> Vortrag	Im Vortrag zeigt Mag. Gottfried Jakober wie das Ursehnsuchtsprogramm aufgebaut ist, wie es wirkt und gestärkt werden kann.	Kuratorium für psychische Gesundheit	Tamsweg, Friedhofstraße 6, WIFI Wirtschaftskammer
Do 19:30	27.	<b>Warum wir vertrauen können</b> Vortrag   Mittersiller Gesundheitstage	Im Vortrag zeigt Dr. Manfred Stelzig wie das Ursehnsuchtsprogramm aufgebaut ist, wie es wirkt und wie es sich stärken lässt.	Kuratorium für psychische Gesundheit	Mittersill, Gerlosstraße 18, Nationalparkzentrum

### OKTOBER

Di 17:00	2.	<b>Trau Dich, auf Dich zu achten!</b> Vortrag mit Diskussion bis 19:30	Wiedereingliederungsteilzeit als Möglichkeit des beruflichen Einstiegs nach Erkrankungen. Kurzvorträge und anschl. Gesprächsrunde	fit2work Salzburg und AK Salzburg	Bischofshofen, Gasteinerstr. 29, AK Bezirksstelle Pongau
Di 17:00	2.	<b>Trau dich, übers Älterwerden zu reden</b> Literatur, Diskussion	Monika Aistleitner, Fachbereichsleitung Betreutes Wohnen beantwortet Interessierten Fragen rund ums Älterwerden. Keine Anmeldung	Caritas	Salzburg, Moosstr. 199, neben Lehrbauhof, Gem.schaftsraum
Di 18:00	2.	<b>Trau Dich, darüber reden</b> Dialog bis 20:00	Medikamentöse Behandlung psych. Erkrankungen. Wunsch und Wirklichkeit? Stellenwert und gelungener Einsatz von Psychopharmaka.	Verein zur Förderung psychischer Gesundheit Innergebirg, AHA, Peer Group Pinzgau	St. Johann, Wagreiner Sr. 10, Pfarrsaal
Mi 17:00	3.	<b>Trau Dich, auf Dich zu achten!</b> Vortrag mit Diskussion bis 19:30	Wiedereingliederungsteilzeit als Möglichkeit des beruflichen Einstiegs nach Erkrankungen. Kurzvorträge und anschl. Gesprächsrunde	fit2work Salzburg und AK Salzburg	Tamsweg, Regierungsrat-Haas-Pl. 4, AK Bezirksstelle Lg.
Do 9:00	4.	<b>„Wir sind hier“</b> Dokufilm mit Publikumsgespräch	Fünf Kinder sprechen über ihr Aufwachsen mit psychisch kranken Eltern. Sie sind mutig und sagen: „Wir sind hier!“ Schulveranstaltung	Verein JoJo Kindheit im Schatten	Saalfelden, Postplatz 1, Kunsthaus Nexus
Do 17:00	4.	<b>Kommunikation - zwischen Digitalisierung und Menschlichkeit</b> Vortrag	Digitale Kommunikation-Chancen und Herausforderungen im (Arbeits-)Alltag. Wirkung von digitaler Kommunikation, Vor- und Nachteile	Arbeiterkammer Salzburg und ITG Salzburg	Salzburg, Julius-Raab-Pl. 2, Wirtschaftskammer
Do 18:00	4.	<b>„Wir sind hier“</b> Dokufilm mit Publikumsgespräch	Fünf Kinder sprechen über ihr Aufwachsen mit psychisch kranken Eltern. Sie sind mutig und sagen: „Wir sind hier!“	Verein JoJo Kindheit im Schatten	Salzburg, Kaigasse 33, Mozartkino
Fr 14:00	5.	<b>Trau Dich, miteinander glücklich zu sein.</b> Workshop für Paare	Wie schaffen wir den Spagat zwischen Funktion und Genuss? Wie im Alltag die Frische und Freude einer lebendigen Beziehung?	Partner- u. Familienberatung Sbg Anmeldung bis 1.10. 0664/73479352	St. Johann, Wagreiner Sr. 10, Pfarrsaal
Fr 18:30	5.	<b>„Wo bist du?“</b> Dokufilm mit Publikumsgespräch	„Wo bist du“ gibt Kindern psychisch erkrankter Eltern eine Stimme. Sie berühren mit ihren bislang ungehörten Geschichten.	Verein JoJo Kindheit im Schatten	Bischofshofen, Franz-Mohshammer-Pl. 2, Maximilian-Saal
Mo 14:00	8.	<b>Depression &amp; Parkinson</b> Vortrag mit Diskussion bis 15:30	Dr. Kieslinger & Dr. Aschenbrenner erörtern die medizinischen und psychologischen Aspekte der Depression bei Parkinsonbetroffenen	Diakoniewerk Sbg, Parkinson Selbsthilfe Sbg	Salzburg, Guggenbichlerstr. 20, Veranstaltungssaal
Di 13:00	9.	<b>Arbeit 12/60 - wie sich Arbeitszeit auf unser Leben auswirkt</b> Tagung	Thematisierung d. zeitlichen Entgrenzungspänomen i.d. Arbeitswelt; arbeitsrechtl. Schutzgrenzen; aktuelle Zahlen, gesell.pol.Diskurs	Arbeiterkammer Salzburg	Salzburg, Elisabethstr. 45a, Parkhotel Brunauer
Mi 9:00	10.	<b>Per pedes - von der Gegenwart in die Vergangenheit</b> Wanderung	Wandertag mit „Gesprächswert“. Vor historischen Hintergrund steht der Austausch und neue Perspektiven im Fokus. Wanderausrüstung!	Initiative Lebensqualität Bauernhof Anmeldung bis 4.10. 06412/4277-591	Salzburg, Parkplatz Müllner-Bräu, bei jeder Witterung!



**Trau Dich ...!**



www.kuratorium-psychische-gesundheit.at

**13.9. bis 8.11.2018**



# Salzburger Aktionstage Psychische Gesundheit

## OKTOBER

Mi 14:00	10.	<b>Kinder brauchen Abenteuer</b> Workshop bis 17:00	- und Erwachsene die sie dabei begleiten: Wie Kinder eigene Grenzen erfahren und Risiken einschätzen lernen. Mit Jürgen Einwagner	akzente Salzburg, Alpenvereinsjugend Österreich	Salzburg, Glockengasse 4c, akzente Seminarraum
Mi 18:00	10.	<b>Bruder Jakob, schläfst du noch?</b> Filmpremiere, Gespräch Stefan Bohun	Vier Brüder reisen nach dem Tod des 5. Bruders in die Vergangenheit - von Tirol nach Porto.. Trauern, Heiterkeit und Wiederfinden	filmdelights, Angehörigenverein-AHA Salzburg	Salzburg, Giselakai 11, DAS KINO
Do 8:00	11.	<b>Trau di frogn! Feldforschung</b> Schnitzeljagd-Recherche bis 15:00	Auszubildende der Sozialpädagogik und Familienarbeit recherchieren im Hilfesystem: Was bedeutet es, Menschen zu unterstützen?	akzente Salzburg mit Caritas Kolleg	Salzburg, Glockengasse 4c, akzente Seminarraum
Fr 10:00	12.	<b>Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.</b> Workshop bis 15:00	Selbstwirksamkeit erleben durch kreative Prozesse	Caritas /EASY	Salzburg, Lastenstraße 22./2. Obergeschoß, Easy
Fr 14:00	12.	<b>Trau Dich, miteinander glücklich zu sein.</b> Workshop für Paare	Wie schaffen wir den Spagat zwischen Funktion und Genuss? Wie im Alltag die Frische und Freude einer lebendigen Beziehung?	Partner- u. Familienberatung Sbg Anmeldung bis 1.10. 0664/73479352	Zell am See, Hafnergasse 3/1B, Partner-Familienberat. PzG
Di 18:00	16.	<b>Resilienz - Wie psychische Widerstandskraft gesund hält</b> Vortrag	Resilienz ist die Fähigkeit, sich von schwierigen Lebenssituationen nicht unterkriegen zu lassen. Synonym wäre z.B. Stressresistenz	AMD Gesellschaft für Arbeitsmedizin, Sicherheitstechnik und Arbeitspsychologie	Salzburg, Elisabethstraße 2/1. Stock, Seminarraum „Rainerstr.“
Mi 17:00	17.	<b>Trau Dich, über Alkohol zu reden</b> Workshop bis 20:00	Wie viel ist zuviel? Wie kann ich helfen, wenn in meinem Freundes- und Bekanntenkreis jemand betroffen ist? Überblick Hilfsangebote	Caritas /SOALP	Salzburg, Moosstr. 199, neben Lehrbauhof, Gem.schaftsraum
Mi 18:30	17.	<b>Meine Schwester An(n)a</b> Stück & Nachbesprechung FGZ	Die Schüler*innen erleben in diesem Stück hautnah die Geschichte zweier Schwestern, die beide von einer Essstörung betroffen sind.	FrauenGesundheitsZentrum Sbg, Frauenbüro Sbg, Theaterachse	Salzburg, Schloss Mirabell, Pegasus-Saal
Fr 13:00	19.	<b>Tag der offenen Tür</b> 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
Sa 10:00	20.	<b>Tag der offenen Tür</b> bis 16 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
Sa 10:00	20.	<b>Trau Dich, zu glitzern und zu strahlen!</b> Aktion bis 17:00	Ein bisschen Auszeit für die Seele und ein wenig Glitzer in den Alltag mit Massagen und Styling für Menschen ohne Lottogewinn.	Caritas Fachstelle Psychologie & Pädagogik	Salzburg, Erentrudisstr. 5, Pfarrzentrum Herrnau
Di 18:00	23.	<b>Trau Dich - darüber reden</b> Dialog bis 20:00	Medikamentöse Behandlung psych. Erkrankungen. Wunsch und Wirklichkeit? Stellenwert und gelungener Einsatz von Psychopharmaka.	Verein zur Förderung psychischer Gesundheit Innergebirg, AHA, Peer Group Pinzgau	Zell am See, Bahnhofstraße 1, Pfarrsaal
Di 19:30	23.	<b>Philharmonie Salzburg</b> Benefizkonzert Kinderseelenhilfe	W.A. Mozart und L.v. Beethoven; Solist: Harald Fleissner, Karten: € 20-100 unter www.phil-harmoniesalzburg.at/tickets	Pro Mente Sbg, Verein Philharmonie Salzburg	Salzburg, Schwarzstr. 26, Stiftung Mozarteum, Großer Saal
Mi 15:00	24.	<b>Trau Dich raus</b> Tag der offenen Tür und Austausch	- aus den eigenen vier Wänden, der Einsamkeit, der Komfortzone. Information über das Angebot der Oase.	OASE Kommunikationszentrum	Salzburg, Johann-Wolf-Str. 7, OASE
Mo 19:00	29.	<b>Trau Dich, über Psycho reden!</b> Lebendige Bibliothek - Erzählabend	Menschen, die mit ihren Erfahrungen rund um die Psychiatrie ganze Bücher füllen könnten, erzählen aus ihrem Leben!	Angehörigenverein AHA, Bewohnerservice Lehen	Salzburg, Strubergasse 25A, Bewohnerservice Lehen

## NOVEMBER

Mi 10:00	7.	<b>Lennox - Leben ohne Heroin</b> Kinofilm   Regisseurin   Betroffene	Fünf Menschen bei ihrem Versuch, den Alltag ohne Sucht zu meistern. Danach Gesprächsrunde. Anmeldung: office@daskino.at, Eintritt 6€	Suchthilfe Salzburg	Salzburg, Giselakai 11, DAS KINO
Do 17:00	8.	<b>Gute Gesellschaft 4.0</b> Digitalisierung-Vortrag & Diskussion	Wie beeinflusst Digitalisierung unsere Gesellschaft? Sind Demokratie und Freiheit gefährdet? Brauchen wir digitale Resilienz?	Arbeiterkammer Salzburg und ifz	Salzburg, Markus-Sittikus-Str. 10, Turmzimmer, AK