



WOCHEN DER SEELISCHEN GESUNDHEIT 2023

DIE AKTIONSWOCHEN MÖCHTEN AUF
DIE VIELFÄLTIGEN PSYCHOSOZIALEN
HILFSANGEBOTE VOR ORT AUFMERKSAM MACHEN
SOWIE ZUM GEMEINSAMEN AUSTAUSCH UND
GEGENSEITIGER UNTERSTÜTZUNG EINLADEN.

[www.gera.de/leben-in-gera/gesundheit-soziales/gesundheit/
gesundheitsfoerderung-praevention](https://www.gera.de/leben-in-gera/gesundheit-soziales/gesundheit/gesundheitsfoerderung-praevention)



Eröffnung IPSO Care Point

psychosoziale Online-Beratung
<https://ipso-care.com>

Dienstag, 10.10.2023

10:00-12:00 Uhr, OTEGAU
Lusaner Str. 7, 07549 Gera

AGATHE Café für Senioren und Seniorinnen
"Gemeinsam der Angst das Gewicht nehmen"
Gesprächsrunde mit einem Psychologen

Mittwoch, 11.10.2023

14:00-15:30 Uhr, OTEGAU
Lusaner Str. 6, 07549 Gera

On-Tour Gespräche zur seelischen Gesundheit
Informationen zu Hilfsmöglichkeiten und Gespräche
mit dabei: Kinderkrankenschwester Birgit Weinrich

Mittwoch, 11.10.2023

Beratungsbus der OTEGAU
14:00-16:00 Uhr
Platz der Republik

On-Tour Gespräche zur seelischen Gesundheit
Informationen zu Hilfsmöglichkeiten und Gespräche
mit dabei: Praxis "Psychologen Gera"

Donnerstag, 12.10.2023

10:00-12:00 Uhr
Marktplatz Gera

Komm Herein - Café
Austausch zu Selbsthilfegruppen
insbesondere zum Thema seelische Gesundheit

Donnerstag, 12.10.2023

14:00-15:30 Uhr
Ehrenamtzentrale

anders normal: chronische Verbitterungsstörung
mit der Kulturwissenschaftlerin Dr. J. Stückrad und
Chefarzt der Altenburger Psychiatrie, Dr. Christian
Schäfer

Freitag, 13.10.2023

18:00-19:30 Uhr,
Festsaal des Schlösschen
Tannenfeld, 04626 Löbichau

Tag der offenen Tür mit Informationen zur Therapie
und Hilfe der Kinder -und Jugendpsychiatrie
Institutsambulanz und Tagesklinik
Asklepios Fachklinikum Stadtroda GmbH

Montag, 16.10.2023

15:00 Uhr, Standort Gera
Werner-Petzold-Str. 17
07549 Gera

Zeit zum Reden und der Angst das Gewicht
nehmen
Diagnose Brustkrebs, Der Austausch wird von einer
Frauenärztin begleitet.

Dienstag, 17.10.2023

15:00-17:00 Uhr
Frauenkommunikationszentrum,
Böttchergasse 1-3,
07545 Gera

Tag der offenen Tür mit Themenräumen

Was ist, Was kann eine Erziehungsberatungsstelle?
Psychisch kranke Eltern-Wie sag ichs meinem Kind?
Eltern-Kind-Entspannung

Vorstellung des Gruppenangebotes für unsichere Jugendliche

(13 bis 16 Jahre) ab 15 Uhr (Anmeldung erbeten bis 16.10.23)

Mittwoch, 18.10.2023

12:00-16:00 Uhr

Familienberatungsstelle des
TWSd, Werner-Petzold-Str. 27,
07549 Gera-Lusan

On-Tour Gespräche zur seelischen Gesundheit

Informationen zu Hilfsmöglichkeiten und Gespräche
mit dabei: der sozialpsychiatrische Dienst, SRH Wald-Klinikum Gera,
Therapiehund Loras

Mittwoch, 18.10.2023

Beratungsbus der OTEGAU

14:00-16:00 Uhr

Heinrichstraße, 07545 Gera

AGATHE Café für Senioren und Seniorinnen

“Gemeinsam der Angst das Gewicht nehmen”
Gesprächsrunde mit einem Psychologen

Mittwoch, 18.10.2023

14:00-15:30 Uhr

Lutherhaus, Joliot-Curie-Str. 1a,
07549 Gera

On-Tour Gespräche zur seelischen Gesundheit

Informationen zu Hilfsmöglichkeiten und Gespräche
mit dabei: psychosoziale Berater:innen der OTEGAU

Donnerstag, 19.10.2023

Beratungsbus der OTEGAU

14:00-17:00 Uhr

Arcaden Gera

Digitaler Aktionstag für Senioren

2. Digitale Aktionswoche aus Anlass des Weltseniorentages
Gesundheitsförderung und Smartphone? Wie Gesundheitsapps
im Alltag unterstützen können; Amt für Gesundheit und AOK PLUS
Anmeldung unter: gesundheitsfoerderung@gera.de

Freitag, 20.10.2023

10:00-12:00 Uhr

TMBZ Gera, Florian-Geyer-Str. 17,
07545 Gera
www.tlm.de

Umgang mit Angststörungen

ein niedrigschwelliges Angebot für Menschen mit Behinderung
Mittwoch, 25.10.2023, 15:00-18:00Uhr

Die Macht der neuen Medien!

Wie begleite ich mein Kind im sicheren Umgang mit Medien?

Donnerstag, 02.11.2023, 16:00-17:30 Uhr

**Medien-Was ist das? Welche Medien gibt es ? Was darf
ich? Was darf ich nicht?**

Zielgruppe: Erwachsene Menschen mit Behinderung

Dienstag, 07.11.2023, 16:00-16:45 Uhr

Offene Hilfen

Joliot-Curie-Haus

Heinrich-Laber-St. 4,
07548 Gera

Stadtverwaltung Gera (Organisation)
Amt für Gesundheit und Versorgung
Gagarinstraße 68, 07545 Gera
Tel.: 0365 838 3594
gesundheitsfoerderung@gera.de

OTEGAU gGmbH (Organisation)
Lusaner Str.7, 07549 GeraTel.:
Tel.: 0365 73740-0
www.otegau.de

Stadtverwaltung Gera
Ehrenamtszentrale
Kornmarkt 6, 07545 Gera
www.gera.de

Asklepios Fachklinikum Stadtroda GmbH
Kinder und Jugendpsychiatrie
Werner-Petzold Str. 17, 07549 Gera
Tel.: 0365 552249330
www.asklepios.com

**Beratungsstelle für Eltern Kinder u. Jugendl.
TWSd in Thüringen GmbH**
Werner-Petzold-Straße 27, 07549 Gera
Tel.: 0365 32094
www.traegerwerk-thueringen.de

SRH Wald-Klinikum
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
www.waldklinikumgera.de/fachbereiche-praxen/
unsere-fachbereiche/
fachabteilungen-zentren/psychiatrie/

Ökumenische Akademie Gera-Altenburg
Weinbergstraße 4, 07548 Gera
Tel.:0172 4273307
oek-akademie-gera.de

**Offene Hilfen Gera
DO Diakonie Ostthüringen gGmbH**
Joliot-Curie-Str. 1 a, 07548 Gera
Tel.: 0365 55295922
www.diako-thueringen.de

**Frauenkommunikationszentrum
SOS Kinderdorf Gera**
Böttchergasse 1-3, 07545 Gera
Tel.: 0365 813871
www.sos-kinderdorf.de