

Adresse dieses Artikels:

<https://www.nrz.de/staedte/dinslaken-huenxe-voerde/kreis-wesel-woche-der-seelischen-gesundheit-id227176917.html>

Jetzt lesen

AKTIONSWOCHE

Kreis Wesel: „Woche der seelischen Gesundheit“

Peter Neier 23.09.2019 - 17:18 Uhr



Petra Pilat (SPIX), Martina Kröber (Caritasverband) und Ines Leutenberg (Gesundheitsamt Kreis Wesel, v.l.) informierten über die „Woche der seelischen Gesundheit“ im Kreis Wesel.

Foto: Heiko Kempfen /
FUNKE Foto Services

VOERDE/KREIS WESEL. Vom 7. - 11. Oktober findet im Kreis Wesel die „Woche der seelischen Gesundheit“ mit 30 Veranstaltungen statt. Bündnis gegen Depression ist dabei.

Zur Gesundheit gehört auch das seelische oder psychische Wohlbefinden. Laut Studien leiden mehr als 25 Prozent der Bevölkerung in Deutschland unter einer psychischen Erkrankung, am häufigsten sind Depressionen und Angststörungen. Um eine geeignete Behandlung zu beginnen, ist es wichtig zu wissen, welche Hilfs- und Unterstützungsmaßnahmen die Region anbietet. So gibt es seit 2012 im Kreis Wesel das „Bündnis gegen Depression“ – ein Zusammenschluss von regionalen Fachleuten, deren Ziel es ist, die Versorgung depressiv erkrankter Menschen im Kreis Wesel zu optimieren.

Vom 7. bis 11. Oktober findet gemeinsam mit vielen Kooperationspartnern und Trägern der psychosozialen Versorgungslandschaft die „Woche der seelischen Gesundheit“ im Kreis Wesel statt. 30 kostenlose Angebote laden Interessierte dazu ein, sich über verschiedene Themen rund um die seelische Gesundheit zu informieren. Außerdem besteht die Möglichkeit, Einrichtungen in deren Umgebung kennen zu lernen.

NRZ Newsletter Dinslaken

Täglich wissen, was in Dinslaken los ist

Jetzt anmelden

Mit meiner Anmeldung zum Newsletter stimme ich den [Werberichtlinien](#) zu.

Das seelische Wohlbefinden wieder herstellen

Im Pressegespräch in den Räumen des Caritasverbandes Dinslaken/Wesel in Friedrichsfeld hoben gestern Martina Kröber (Caritasverband), Ines Leuchtenberg (Gesundheitsamt Kreis Wesel, Psychiatriekoordinatorin) und Petra Pilat (Sozialpsychiatrische Initiative Xanten, SPIX) auch den präventiven Gedanken hervor, denn in der genannten Woche finden ebenfalls Veranstaltungen statt, die das seelische Wohlbefinden wieder herstellen oder aufrecht erhalten sollen – „in netter Atmosphäre“, wie Kröber betont.

So gebe es am 10. Oktober von 11 bis 16 Uhr drinnen und draußen einen Tag der offenen Tür im St. Vinzenz-Hospital mit Einblicken in gemeindepsychiatrische Versorgung.

Eigenverantwortung für seelische Stabilität

Wichtig sei, „die Eigenverantwortung für seine seelische Stabilität zu übernehmen und präventiv etwas zu tun. Man steht nicht alleine da“, so Ines Leuchtenberg. „Eine psychische Erkrankung ist kein Makel, sondern gut behandelbar.“ Es gelte, Betroffene in die richtige Richtung zu leiten. „Nicht die psychischen Erkrankungen nehmen zu, sondern deren Diagnosen“, sagt Petra Pilat. Viele körperliche Symptome stünden in engem Zusammenhang mit Belastungssituationen und der Psyche. „Die ist nicht sichtbar, aber es gibt Hilfen und Angebote“, rät auch sie zur Teilnahme an den vielen kostenlosen Veranstaltungen bei der „Woche der seelischen Gesundheit“ – für alle Altersgruppen.

Selbsthilfe spielt bei psychischen Erkrankungen wichtige Rolle

Die drei Frauen betonen auch die große Rolle der Selbsthilfe bei psychischen Erkrankungen. Es gebe viele Möglichkeiten neben stationären Behandlungsplätzen, die Zeit zwischen Diagnose und Psychotherapie zu überbrücken – etwa Gespräche, um das Risiko der Krankheit zu reduzieren. Sie nennen das Beispiel „Frühverrentung“. Wichtig sei, immer auf den Einzelfall zu schauen.

Von 30 Veranstaltungen sind 17 rechtsrheinisch: **7.10.:** Seelische Gesundheit im Alter (Hamminkeln), Kinder psychisch kranker Eltern (Dinslaken), Lesung: „Ziemlich gute Gründe, am Leben zu bleiben“ (Wesel); **8.10.:** Infostand Caritasverband Dinslaken/Wesel (Altmarkt)

Dinslaken), Wie werde ich nach dem Krankengeld von der Agentur für Arbeit und dem Jobcenter unterstützt? (Wesel), Workshop „Vom Aufrichten wider die Schwerkraft“ (Dinslaken); **9.10.:** Infostand SPIX und St. Vinzenz-Hospital (Wesel), Depression auf türkisch (Dinslaken), Musik heilt (Wesel), Wenn Angst krank macht (Wesel), Tag der offenen Tür im SPZ (Dinslaken), Entspannung und Ruhe finden (Wesel); **10.10.:** Meine Welt - Deine Welt - Eine Welt (Dinslaken), Mein Kind ritzt - und jetzt? (Wesel); **11.10.:** Infostand Caritasverband Dinslaken/Wesel (Markt Voerde).

Nähere Info: Ines Leuchtenberg, Gesundheitsamt Kreis Wesel, [02841/202-1512](tel:028412021512) (Moers).

KOMMENTARE (0) >



LESERKOMMENTARE (0)

KOMMENTAR SCHREIBEN >
