

Liebe Mitglieder und Freunde des Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit,
liebe Leserin und lieber Leser,

Der heutige Newsletter steht ganz unter dem Zeichen der:



Am **10. Oktober 2013**, dem internationalen Tag der Seelischen Gesundheit, starten in ganz Deutschland **Aktionstage und Aktionswochen**: Über 150 Veranstaltungen haben sich für das Programm der **7. Berliner Woche der Seelischen Gesundheit** angemeldet. Mehr als 60 Städte und Regionen veranstalten **bundesweit Aktionen, die sich mit dem Thema seelische Gesundheit befassen**. Alle Veranstaltungen und Programme haben wir für Sie unter www.aktionswoche.seelischegesundheit.net zusammengestellt und aktualisieren sie ständig neu.

7. Berliner Woche der Seelischen Gesundheit vom 10.-20. Oktober 2013



Dieses Jahr liegt der Fokus der **Berliner Aktionswoche** auf der „**seelischen Gesundheit im Alter**“. Viele ältere Menschen leiden – ebenso wie jüngere – an psychischen Problemen. Bei den über 65-Jährigen sind etwa 25 Prozent von psychischen Erkrankungen betroffen. Oft aber werden psychische Störungen bei Menschen im höheren Lebensalter gar nicht erst erkannt, da Ältere häufig eine größere Scheu haben, sich gegenüber anderen offen mitzuteilen, sei es aus Angst, stigmatisiert oder für verrückt erklärt zu werden oder weil sie glauben, sich zusammenreißen zu müssen. Gerade deshalb ist es besonders wichtig, über seelische Gesundheit im Alter zu informieren, zu sprechen und Lösungswege aufzuzeigen.

Mehr als 150 Veranstaltungen bieten Informationen zum Thema Seelische Gesundheit im Alter, aber auch zu Fragen wie „Was ist noch gesund und wo beginnt psychische Erkrankung?“ und „Wie kann man in jedem Alter die seelische Gesundheit stärken?“ Das diesjährige Programm bietet wieder vielfältige Veranstaltungen: Vorträge, Gesprächsrunden, Tagungen für das Fachpublikum, Workshops zum Mitmachen, offene Sprechstunden, Lesungen und Kulturevents. Alle Veranstaltungen tragen dazu bei, über psychische Erkrankungen aufzuklären und Diskussionen anzuregen.

Der Besuch ist in der Regel kostenlos. Detaillierte Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen und Aktualisierungen finden Sie im Internet unter:

www.berlin.seelischegesundheits.net

Programmhefte für die Berliner Aktionswoche können Sie bis zu 10 Exemplaren unter:

www.aktionswoche.seelischegesundheits.net/berlin/veranstaltungskalender/bestellung-programmhefte bestellen. Bei größeren Mengen bitten wir um eine Mail an

koordination@selleischegesundheits.net und Abholung in der Geschäftsstelle in Berlin Mitte.

Einen Themendienst mit weiteren Informationen zu psychischen Erkrankungen im Alter finden Sie unter www.seelischegesundheits.net/presse/themendienst/seelische-gesundheit-im-alter

Bundesweit geben viele Aktionswochen und Informationstage - von Bad Urach bis zum Vogtland - Tipps zum Thema Selbsthilfe und zu professionellen Hilfsangeboten vor Ort. Sie finden die vielen verschiedenen Angebote und Programme unter

www.aktionswoche.seelischegesundheits.net.

In diesem Sinne freuen wir uns auf einen spannenden Oktober und wünschen Ihnen allen ein langes und gesundes Leben!

Ihr Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Der Newsletter wird von der Geschäftsstelle des Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit verschickt.

Kontakt:

Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Astrid Ramge

Reinhardtstr. 27 B

D-10117 Berlin

Tel. 030/2404 77-213

koordination@seelischegesundheits.net

www.seelischegesundheits.net

Anmelden oder abmelden:

Hier können Sie sich zum Newsletter an- oder vom Newsletter abmelden:

http://www.seelischegesundheits.net/index.php?option=com_acymailing&view=user&layout=modify&Itemid=305