

gütersloher
bündnis
gegen
DEPRESSION



**6. GÜTERSLOHER WOCHE
DER SEELISCHEN
GESUNDHEIT**

SA 26.09. BODY BALANCE

Wer: Kirstin Bernstein-Rivers
Wo: Sportpark Elan, Westfalenweg 2, 33332 Gütersloh
Wann: 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Bitte bequeme Sportkleidung mitbringen

**SO 27.09. DAS RECOVERY COLLEGE GÜTERSLOH-OWL
STELLT SICH VOR
INFORMATION**

Wer: Recovery College Gütersloh-OWL
Wo: Buxelstr. 50, 33334 Gütersloh, Haus 55
Wann: 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Die Veranstaltung findet vorbehaltlich der aktuell gültigen Corona-Verordnungen statt. Eventuell müssen wir die Personenzahl kurzfristig begrenzen. Bitte informieren Sie sich hierzu vorab auf unserer Homepage: www.recovery-college-gt-owl.de

**MO 28.09. KLÄNGE UND ACHTSAMKEIT
WORKSHOP**

Wer: Maria Wöstemeyer Hampe (MBSR-Achtsamkeit Lehrerin und Klangtherapeutin/Pädagogin, Klang-Quelle-Verl)
Wo: Klangquelle Verl, Goethestr. 21, 33415 Verl
Wann: 1. Gruppe von 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr
2. Gruppe von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Auf Grund der aktuellen Hygienebestimmungen ist die Anzahl an Teilnehmer*innen auf 5 pro Gruppe beschränkt. Anmeldungen bis spätestens 25.09.2020 per E-Mail (klangquelleverl@gmail.com) oder telefonisch: **0176 / 72 64 71 35** oder **05246 / 70 37 40**

- MO 28.09.** »STILLEN – GESUNDER START INS LEBEN«
VORTRAG
- Wer:** Elvira Rütting (Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin und ausgebildete Still- und Laktationsberaterin, Klinikum Gütersloh)
- Wo:** Klinikum Gütersloh, Neubau-Saal Bettenhaus Süd,
Reckenberger Str. 19, 33332 Gütersloh
- Wann:** 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr
- Kosten:** Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
-
- DI 29.09.** »DEPRESSION UND SUCHT«
VORTRAG UND DISKUSSION
- Wer:** Dr. med. Ulrich Kemper (Chefarzt der Bernhard-Salzmann-Klinik),
Moderation: Günter Philipps (Arbeitsgemeinschaft Sucht)
- Wo:** Bernhard-Salzmann-Klinik, Buxelstr. 50, 33334 Gütersloh
- Wann:** 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr
- Kosten:** Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
-
- DO 01.10.** YOGA UND POSITIVES DENKEN
WORKSHOP
- Wer:** Ulrich Rosen
- Wo:** Gymnastikraum der AOK, Barkeystr. 19, 33330 Gütersloh
- Wann:** 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr
- Kosten:** Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
-
- »SUIZID – KEIN TOD WIE JEDER ANDERE«
VORTRAG UND AUSSTELLUNGSERÖFFNUNG
- Wer:** Hospiz- und Palliativ-Verein Gütersloh e.V.,
Referent: Prof. Dr. Michael Löhr (LWL-Klinik, Gütersloh)
- Wo:** Stadtbibliothek Gütersloh, Blessenstätte 1, 33330 Gütersloh
- Wann:** Beginn 19:30 Uhr
- Kosten:** Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
-
- DI 06.10.** YIN YOGA
- Wer:** Kirstin Bernstein-Rivers
- Wo:** Sportpark Elan, Westfalenweg 2, 33332 Gütersloh
- Wann:** 09:45 Uhr bis 11:00 Uhr
- Kosten:** Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
- Hinweis:** Bitte bequeme Sportkleidung mitbringen

DI 06.10. ELTERN TALK IM DIALOG
PROJEKTVORSTELLUNG UND GESPRÄCHSRUNDEN
Wer: Ranka Bijelic (Stadt Gütersloh, Fachbereich Schule und Jugend),
Irina Scheit (Wasilissa e.V.)
Wo: Anne-Frank-Schule, Saligmannsweg 40, 33330 Gütersloh
Wann: 18:00 Uhr bis ca. 20:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

**»VOM GUTEN ANFANG: SCHWANGERSCHAFTSBEGLEITUNG
MIT EMOTIONELLER ERSTER HILFE«**
VORTRAG

Wer: Iris Borchmeier (Hebamme und Therapeutin für EEH)
Wo: Drostehaus Verl, Schillingsweg 11, 33415 Verl
Wann: Beginn 18.30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

**MI 07.10. »PSYCHISCHE BELASTUNG PFLEGENDER / BEGLEITENDER
ANGEHÖRIGER«**

VORTRAG UND DISKUSSIONSRUNDE

Wer: Ruth Strutz (Psychologische Psychotherapeutin),
Elfriede Strutz (Theologin und Supervisorin)
Wo: Café Connect, Kirchstraße 10a, 33330 Gütersloh
Wann: Beginn 19:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

**»WENN DIR DAS LACHEN VERGEHT –
WIE ICH MEINE DEPRESSION ÜBERWUNDEN HABE«**
LESUNG

Wer: Willibert Pauels
Wo: Stadtbibliothek Gütersloh, Blessenstätte 1, 33330 Gütersloh
Wann: Beginn 19:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

DO 08.10. »DIGITALE GEWALT BEI FRAUEN UND MÄDCHEN«
VORTRAG

Wer: Kirstin Bernstein-Rivers (Kriminaloberkommissarin der Kreispolizei Gütersloh),
Irina Scheit (MiMi-Mediatorin)
Wo: Frauenbildungstreff des Vereins Wasilissa e.V.,
Schledebrückstr. 168, 33334 Gütersloh
Wann: 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

DO 08.10. »FAMILIENPLANUNG FÜR FRAUEN«
VORTRAG
Wer: Almuth Duensing (pro familia),
Samira Kablo (MiMi-Gesundheitsmediatorin)
Wo: Diakonie Gütersloh e.V., Kirchstr. 10 a, 33330 Gütersloh
Wann: 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Auf Grund der aktuellen Hygienebestimmungen
ist die Anzahl an Teilnehmer*innen beschränkt.
Anmeldungen daher bitte vorab per E-Mail an
marvin.hemkendreis@diakonie-guetersloh.de

»ÄNGSTE UND FRAGEN BEI KREBS-
ERKRANKUNGEN – PSYCHOONKOLOGISCHE
UNTERSTÜTZUNG FÜR PATIENTEN UND
ANGEHÖRIGE«
VORTRAG

Wer: Ulrike Weickert-Zimmermann (Klinikum Gütersloh)
Wo: Klinikum Gütersloh, Neubau-Saal Bettenhaus Süd,
Reckenberger Str. 19, 33332 Gütersloh
Wann: 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

»WENN DAS ESSEN ZUR KRANKHEIT WIRD –
GRUNDASPEKTE VON ESSTÖRUNGEN«
VORTRAG

Wer: Dr. med. Carl Schreiner
Wo: AOK NORDWEST – Die Gesundheitskasse Gütersloh,
Barkeystr. 19, 33330 Gütersloh (Eingang von der Parkhausseite)
Wann: Beginn 19:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

FR 09.10. »LICHTTUPFER«
WERTKREISLADEN – TEXTE, KUNST, AKTION
Wer: wertkreis Gütersloh
Wo: wertkreisLaden, Berliner Platz / virtuelle Plattformen, soziale Medien
(www.wertkreis-gt.de)
Wann: 14:00 bis 17:30 Uhr / virtuell vom 09. - 12.10.20
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

**6. GÜTERSLOHER WOCHE
DER SEELISCHEN
GESUNDHEIT**

FR 09.10. ESSEN FÜR KÖRPER UND SEELE
Wer: Gütersloher Bündnis gegen Depression e.V.
Wo: Schenkenhof, Bielefelder Str. 4, 33334 Gütersloh
Wann: 18:00 Uhr bis 22:00 Uhr
Kosten: 16 € (im Preis sind das Essen und der Sektempfang enthalten)

SO 11.10. ACHTSAMER PARKSPAZIERGANG
**EINE FÜHRUNG DURCH DEN STADTPARK
UND BOTANISCHEN GARTEN**
Wer: Larissa Lakämper
Wo: Stadtpark / Botanischer Garten Gütersloh
(Eingang Parkstraße / Ecke Badstraße)
Wann: 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

Hinweis:

Auf Grund der dynamischen Entwicklungen in Bezug auf die Corona-Pandemie sind kurzfristige Änderungen des aktuellen Programms leider nicht auszuschließen. Bitte entnehmen Sie aktuelle Änderungen zum Programm der Woche der Seelischen Gesundheit der Homepage des LWL-Klinikums Gütersloh unter der Adresse www.lwl-klinikum-guetersloh.de

Zur Homepage des LWL-Klinikums gelangen Sie ebenfalls über diesen QR-Code:



gütersloher
bündnis
gegen
DEPRESSION



Gütersloher Bündnis gegen Depression e. V.
Buxelstraße 50, 33334 Gütersloh

Unterstützen Sie die Gütersloher Woche der seelischen Gesundheit
und die Arbeit des Gütersloher Bündnisses gegen Depression e. V.
durch eine Spende.

Sparkasse Gütersloh, IBAN DE55 4785 0065 0000 4971 40