



Veranstaltungen rund um den internationalen Tag der Seelischen Gesundheit

in der Wartburgregion



10.10.—15.10.2021

Das Thema seelische Gesundheit wird wichtiger denn je, denn die Corona-Pandemie stellte und stellt nach wie vor eine große Belastungsprobe für alle Generationen dar. Mit dem Wegfall vieler Betreuungs- und Hilfsangebote sowie sozialer Unterstützungsnetzwerke verbunden mit Isolation, Kontaktsperre, Homeschooling, familiären Anforderungen, beruflichen Unsicherheiten gingen Überforderung, Verunsicherung, Zunahme psychischer Belastungen und /oder Verstärkung bereits bestehender psychischen Erkrankungen und/oder Suchtproblemen einher.

Die Sehnsucht nach Normalität, Austausch, Stressabbau, Aktivität und gemeinsames Erleben wächst.

Mit der diesjährigen Veranstaltungsreihe rund um den internationalen Tag der Seelischen Gesundheit am 10.10.2021 möchten wir Ihnen interessante Veranstaltungen zu diesem Thema anbieten.

Die seelische Gesundheit ist eine wesentliche Voraussetzung von Lebensqualität, Leistungsfähigkeit und sozialer Teilhabe. Sie bildet die Grundlage, in der modernen Welt zu bestehen sowie sich ganzheitlich weiterzuentwickeln - denn wer sich psychisch nicht wohlfühlt, ist weder gesund noch leistungsfähig.

Wir bedanken uns für die engagierte Zusammenarbeit mit allen beteiligten Kooperationspartnern und wünschen allen Interessierten und Beteiligten eine erkenntnisreiche und gelungene Woche zur seelischen Gesundheit.

Hinweise zu möglichen kurzfristigen Programmänderungen

Wir freuen uns über Ihr Interesse, an Veranstaltungen rund um den internationalen Tag der Seelischen Gesundheit teilzunehmen.

Jede Veranstaltung verfügt über ein Schutzkonzept mit entsprechenden Hygiene- und Verhaltensregeln. Aufgrund aktuell steigender Fallzahlen, kann es zu kurzfristigen Programmänderungen kommen. Daher bitten wir Sie, sich auf der Homepage des Landratsamtes Wartburgkreis unter www.wartburgkreis.de/leben-im-wartburgkreis.de zu informieren. Mögliche Änderungen der Programmpunkte werden tagesaktuell eingestellt.

Ein Großteil der Veranstaltungen ist in der Höhe der Teilnehmeranzahl begrenzt und anmeldepflichtig. Ansprechpartner, Kontaktdaten sowie eine kurze Beschreibung der Veranstaltungen entnehmen Sie bitte dem folgenden Programmheft.

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei.

Wir wünschen Ihnen anregende Gespräche und Impulse für den Alltag!

D. Schrumpf
Psychiatriekoordination

N. Briechle
Gesundheitsförderung

Programmübersicht

Sonntag, 10.10.2021

10.00 - 12.00 Uhr	Therapeutisches Bogenschießen für Kinder und Jugendliche (11-17 Jahre)
10.30 - 12.00 Uhr	Waldbaden Schloßpark Altenstein - Bad Liebenstein
13.30 - 15.30 Uhr	Therapeutisches Bogenschießen für Erwachsene
16.00 - 17.30 Uhr	Waldbaden Prinzessinnensteig – Eisenach

Montag, 11.10.2021

14.00 - 15.00 Uhr	„Post-Covid-Nachsorge - eine ganzheitliche Herausforderung“ Prof. Dösch, Asklepios Klinik
-------------------	--

Dienstag, 12.10.2021

18.30 - 20.00 Uhr	Filmvorführung „Hinter Türen“ - eine Dokumentation über häusliche Gewalt mit anschließender Gesprächsrunde mit Herrn Weissenberg, Protagonist des Filmes
-------------------	---

Mittwoch 13.10.2021

14.00 - 16.00 Uhr	Sprechstunde für Jugendliche und junge Erwachsene zum Thema psychische Gesundheit und Liebe, Sexualität und sexuelle Identität
16.30 Uhr	Schwangerschaftsabbruch - Ausschnitte Filmmaterial
19.30 - 21.00 Uhr	Themenabend „ Im Familienalltag gelassener reagieren“

Donnerstag, 14.10.2021

14.00 - 16.00 Uhr	Offene Sprechstunde für werdende und frischgebackene Eltern: Gesundheit im Hinblick auf Schwangerschaft, Geburt und Elternzeit
16.30 Uhr	Schwangerschaftsabbruch - Ausschnitte Filmmaterial
16.00—17.30 Uhr	Selbstfürsorge und Achtsamkeit im (Familien-)Alltag
18.00 - 19.00 Uhr	Konzert mit Psalter und Harfe mit Birgit Heichel

**Gesprächsabend „Cannabis - das Für und Wider einer Legalisierung“
in der Gemeinde Gerstungen**

Termin /Ort: bitte Aushänge vor Ort bzw. Homepage des Landratsamtes beachten

Mitmachangebot

Therapeutisches Bogenschießen für Kinder und Jugendliche (11-17 Jahre)

- Veranstalter:** Landratsamt Wartburgkreis
Gesundheitsamt
- Ansprechpartner:** Frau S. Hanas
- Datum:** 10.10.2021
- Uhrzeit:** 10.00 - 12.00 Uhr
- Anmeldung:** Bitte bis zum 08.10.2021 unter Tel. 03695/617432 oder per Mail an gesundheitsamt@wartburgkreis.de anmelden.
- Ort:** Unterer Sorghof 10
36433 Bad Salzungen OT Kaltenborn
- Teilnehmerzahl:** max. 10 - 12 Personen
- Zielgruppe:** Kinder und Jugendliche (11-17 Jahre)
- Kosten:** kostenfrei

Kurze Beschreibung des Angebotes

Das Bogenschießen ist ein vielfältiges **Sportangebot**, das zunehmend als Therapiebaustein bei psychischen Problemen Einsatz findet. Beim therapeutischen Bogenschießen geht es nicht um Leistung oder Perfektion. Körperaktivierung und -wahrnehmung, Achtsamkeit, Stressreduktion und Entspannung stehen im hierbei Vordergrund.

Beim Therapeutischen Bogenschießen sind keine Vorkenntnisse im Bereich des Bogenschießens notwendig.

Mitzubringen sind: bequeme warme Kleidung und geschlossene Schuhe

Die Bogen- und Schutzausrüstung wird Ihnen für die Dauer des Angebotes zur Verfügung gestellt.

Mitmachangebot
Waldbaden Schloßpark Altenstein

- Veranstalter:** NATIBA – Wohlbefinden erleben
- Ansprechpartner:** Frau S. Heinrich
- Datum:** 10.10.2021
- Uhrzeit:** 10.30 - 12.00 Uhr
- Anmeldung:** Bitte bis zum 08.10.2021 unter Tel.0152/53113850 oder per Mail an info@natiba.de / sheinrich-ea@web.de anmelden.
- Ort:** Schloßpark Altenstein – Bad Liebenstein
Treffpunkt: Parkplatz 2 (Hinweise Buga befolgen), an der Gabelung zum Schwimmbad Schweina, Parkplätze sind entlang der Straße
- Teilnehmerzahl:** max. 15 Personen
- Zielgruppe:** Interessierte
- Kosten:** kostenfrei

Kurze Beschreibung des Angebotes

Warum Waldbaden?

In Zeiten ständiger Reizüberflutung erfahren Sie Entschleunigung, stärken Ihr Immunsystem, senken den Blutdruck und betreiben aktive Stress-Prävention.

Sie verspüren Glück, erleben Interaktion mit der Natur, nehmen neue Sinneswahrnehmungen auf, staunen über Naturreize und überraschende Momente.

Die erlernte Achtsamkeit nehmen Sie nach Ihrem Waldbad mit zurück in den Alltag.

- Mitzubringen sind:
- Neugierde und Offenheit
 - dem Wetter angepasste Kleidung sowie festes Schuhwerk
 - ggf. einen kleinen Snack bzw. ein Getränk
 - wer mag eine leichte Sitzunterlage

Mitmachangebot
Therapeutisches Bogenschießen für Erwachsene

- Veranstalter:** Landratsamt Wartburgkreis
Gesundheitsamt
- Ansprechpartner:** Frau S. Hanas
- Datum:** 10.10.2021
- Uhrzeit:** 13.30 - 15.30 Uhr
- Anmeldung:** Bitte bis zum 08.10.2021 unter Tel. 03695/617432 oder per Mail an gesundheitsamt@wartburgkreis.de anmelden.
- Ort:** Unterer Sorghof 10
36433 Bad Salzungen OT Kaltenborn
- Teilnehmerzahl:** max. 10 - 12 Personen
- Zielgruppe:** Erwachsene
- Kosten:** kostenfrei

Kurze Beschreibung des Angebotes

Das Bogenschießen ist ein vielfältiges **Sportangebot**, das zunehmend als Therapiebaustein bei psychischen Problemen Einsatz findet. Beim therapeutischen Bogenschießen geht es nicht um Leistung oder Perfektion. Körperaktivierung und-wahrnehmung, Achtsamkeit, Stressreduktion und Entspannung stehen im hierbei Vordergrund.

Beim Therapeutischen Bogenschießen sind keine Vorkenntnisse im Bereich des Bogenschießens notwendig.

Mitzubringen sind: bequeme warme Kleidung und geschlossene Schuhe

Die Bogen- und Schutzausrüstung wird Ihnen für die Dauer des Angebotes zur Verfügung gestellt.

Mitmachangebot
Waldbaden Prinzessinnensteig - Eisenach

- Veranstalter:** NATIBA – Wohlbefinden erleben
- Ansprechpartner:** Frau S. Heinrich
- Datum:** 10.10.2021
- Uhrzeit:** 16.00 - 17.30 Uhr
- Anmeldung:** Bitte bis zum 08.10.2021 unter Tel.0152/53113850 oder per Mail an info@natiba.de / sheinrich-ea@web.de anmelden.
- Ort:** Prinzessinnensteig
Treffpunkt: vor dem Jägerhof / gegenüber Schloß Wilhelmthal, direkt an der B19
- Teilnehmerzahl:** max. 15 Personen
- Zielgruppe:** Interessierte
- Kosten:** kostenfrei

Kurze Beschreibung des Angebotes

Warum Waldbaden?

In Zeiten ständiger Reizüberflutung erfahren Sie Entschleunigung, stärken Ihr Immunsystem, senken den Blutdruck und betreiben aktive Stress-Prävention.

Sie verspüren Glück, erleben Interaktion mit der Natur, nehmen neue Sinneswahrnehmungen auf, staunen über Naturreize und überraschende Momente.

Die erlernte Achtsamkeit nehmen Sie nach Ihrem Waldbad mit zurück in den Alltag.

- Mitzubringen sind:
- Neugierde und Offenheit
 - dem Wetter angepasste Kleidung sowie festes Schuhwerk
 - ggf. einen kleinen Snack bzw. ein Getränk
 - wer mag eine leichte Sitzunterlage

Vortrag
Post-Covid-Nachsorge – eine ganzheitliche Herausforderung

- Veranstalter:** Asklepios Klinik Bad Salzungen GmbH
- Ansprechpartner:** Prof. Dr. med. A. Dösch
- Datum:** 11.10.2021
- Uhrzeit:** 14.00 - 15.00 Uhr
- Anmeldung:** Bitte bis zum 06.10.2021 unter Tel. 03695/617432 oder per Mail an gesundheitsamt@wartburgkreis.de anmelden.
- Ort:** Landratsamt Wartburgkreis
Erzberger Allee 14
36433 Bad Salzungen
- Teilnehmerzahl:** max. 35 Personen
- Zielgruppe:** Interessierte
- Kosten:** kostenfrei

Kurze Beschreibung des Angebotes

Der Vortrag Post-Covid-Nachsorge – eine ganzheitliche Herausforderung behandelt verschiedene Fragenstellungen wie zum Beispiel den betreffenden Personenkreis des Post-Covid/Long-Covid Syndroms und auftretende Symptomatik. Die Vorstellung eines ganzheitlichen und interdisziplinären Behandlungskonzepts, mit Blick auf die psychologischen Aspekte runden den Vortrag ab.

Filmvorführung

„Hinter Türen“ – eine Dokumentation über häusliche Gewalt mit
anschließender Gesprächsrunde mit Herrn Weissenberg, Protagonist des Filmes

- Veranstalter:** Netzwerk gegen häusliche Gewalt im Wartburgkreis
- Ansprechpartner:** Gleichstellungsbeauftragte
Frau P. Lehmann
- Datum:** 12.10.2021
- Uhrzeit:** 18.30 - 20.00 Uhr
- Anmeldung:** Bitte bis zum 08.10.2021 per Mail an
Gleichstellungsbeauftragte@wartburgkreis.de anmelden.
- Ort:** Aula Dr.-Sulzberger-Gymnasium
Otto-Grotewohl-Str. 79
36433 Bad Salzungen
- Teilnehmerzahl:** max. 199 Personen
- Zielgruppe:** Interessierte
- Kosten:** kostenfrei

Kurze Beschreibung des Angebotes

Filmdokumentation zum Thema häusliche Gewalt in Familien mit anschließender Gesprächsrunde mit Herrn Weissenberg, Protagonist des Filmes.

Beratungsangebot

Psychische Gesundheit und Liebe, Sexualität und sexuelle Identität Sprechstunde für Jugendliche und junge Erwachsene

- Veranstalter:** Diako Thüringen gGmbH
Schwangerenberatung
- Ansprechpartner:** A. Rieth, F. Bergmann, D. Beese
- Datum:** 13.10.2021
- Uhrzeit:** 14.00 - 16.00 Uhr
- Anmeldung:** nicht erforderlich
- Ort:** Beratungszentrum Diako Thüringen
Schillerstr. 6
99817 Eisenach
- Teilnehmerzahl:** telefonische oder persönlich Einzelberatung
- Zielgruppe:** Jugendliche, junge Erwachsene
- Kosten:** kostenfrei

Kurze Beschreibung des Angebotes

Vielleicht habt Ihr schon lange Fragen rund um Liebe, Sexualität und Verhütung sowie zu Geschlechtsidentität? Wir bieten Euch ein offenes Ohr und geschützten Raum, um darüber ins Gespräch zu kommen.

Beratungsangebot

Schwangerschaftsabbruch – Ausschnitte Filmmaterial

- Veranstalter:** Diako Thüringen gGmbH
Schwangerenberatung
- Ansprechpartner:** A. Rieth, F. Bergmann, D. Beese
- Datum:** 13.10. und 14.10. 2021
- Uhrzeit:** 16.30 Uhr
- Anmeldung:** Bitte bis zum 11.10.2021 unter Tel. 03691/260340 oder per Mail an beratung@diako-thueringen.de anmelden
- Ort:** Beratungszentrum Diako Thüringen
Schillerstr. 6
99817 Eisenach
- Teilnehmerzahl:** telefonische oder persönlich Einzelberatung
- Zielgruppe:** Jugendliche, junge Erwachsene
- Kosten:** kostenfrei

Kurze Beschreibung des Angebotes

Im Anschluss an die Sprechzeiten am 13.10. 21 und 14.10.21 möchte das Team der Schwangerschaftsberatung und Schwangerschaftskonfliktberatung Sie bzw. Euch um 16.30 Uhr einladen, mit uns Ausschnitte einer DVD zur Thematik Schwangerschaftsabbruch anzusehen. Danach haben Sie/ bzw. Ihr die Möglichkeit, mit uns Fachkräften dazu ins Gespräch zu kommen. Die Personenanzahl müssen wir leider immer noch begrenzen, deshalb bitten wir Sie bzw. Euch um vorherige telefonische Anmeldung in unserem Sekretariat unter 03691 260 340.

Themenabend
„Im Familienalltag gelassener reagieren“

- Veranstalter:** Diako Beratungszentrum Eisenach
Erziehungsberatung
- Ansprechpartner:** Fr. Benedix
- Datum:** 13.10.2021
- Uhrzeit:** 19.30 - 21.00 Uhr
- Anmeldung:** Bitte bis zum 06.10.2021 unter Tel. 03691/260340 oder per Mail an
beratung@diako-thueringen.de anmelden
- Ort:** Diako Beratungszentrum Eisenach
Schillerstraße 6, Dachgeschoss
99817 Eisenach
- Teilnehmerzahl:** coronabedingt ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Deshalb bitten wir um
vorherige Anmeldung.
- Zielgruppe:** Eltern, Großeltern, Interessierte
- Kosten:** keine

Kurze Beschreibung des Angebotes

Der Themenabend mit dem Titel „Im Familienalltag gelassener reagieren“ ist der Start unserer Themenabend-Reihe.

Die weiteren Themen sind:

„Bedürfnisorientierte Erziehung - liebevolles Begleiten oder Selbstaufopferung?“
am 10.11.21 von 18.00 - 19.30 Uhr

„Ich kenn Dich nicht. Ich gehe nicht mit!“ am 08.12.21 von 19.00-20.30 Uhr

Eltern, Großeltern und weitere Interessierte sind herzlich eingeladen.

Die Veranstaltungen sind im Moment in Präsenz geplant. Änderungen werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Beratungsangebot

Offene Sprechstunde für werdende und frischgebackene Eltern Seelische Gesundheit im Hinblick auf Schwangerschaft, Geburt und Elternzeit

- Veranstalter:** Diako Beratungszentrum Eisenach
Schwangerenberatung
- Ansprechpartner:** A. Rieth, F. Bergmann, D. Beese
- Datum:** 14.10.2021
- Uhrzeit:** 14.00 - 16.00 Uhr
- Anmeldung:** nicht erforderlich
- Ort:** Diako Beratungszentrum Eisenach
Schillerstraße 6
99817 Eisenach
- Teilnehmerzahl:** telefonische oder persönlich Einzelberatung
- Zielgruppe:** Schwangere und frischgebackene Eltern
- Kosten:** keine

Kurze Beschreibung des Angebotes

„Wie geht es Ihnen?“ - Für uns ist diese Frage vor und nach Geburt sehr wichtig. Wir laden Sie dazu ein, mit uns in offener und vertrauensvoller Atmosphäre darüber ins Gespräch zu kommen, denn Schwangere fühlen sich nicht automatisch gut und überglücklich, auch wenn das Wunschkind unterwegs ist. Müttern geht es nicht selbstverständlich gut, nur, weil sie doch eine unkomplizierte Geburt hatten oder das Kind gesund ist.

Vortrag

Selbstfürsorge und Achtsamkeit im (Familien-)Alltag

Veranstalter: AWO Erziehungs-, Ehe-, Familien-und Lebensberatungsstelle Bad Salzungen

Ansprechpartner: C. Eyrich
Dipl. Sozialpädagogin/Psychologische Beraterin

Datum: 14.10.2021

Uhrzeit: 16.00 - 17.30 Uhr

Anmeldung: Bitte bis zum 05.10.2021 unter Tel. 03695/694819 oder per Mail an eefl.slz@awo-thueringen.de anmelden.

Ort: online
über MS-Teams

Teilnehmerzahl: max. 20 Personen

Zielgruppe: Interessierte

Kosten: keine

Kurze Beschreibung des Angebotes

Konzert
Musik mit Psalter und Harfe

- Veranstalter:** St. Elisabeth Hospiz Eisenach
- Ansprechpartner:** Frau B. Heichel
- Datum:** 14.10.2021
- Uhrzeit:** 18.00 - 19.00 Uhr
- Anmeldung:** Bitte bis zum 11.10.2021 unter Tel. 0173/3827400 anmelden
- Ort:** St. Elisabeth Hospiz
Schillerstraße 11b
99817 Eisenach
- Teilnehmerzahl:** max. 20 Personen
- Zielgruppe:** Menschen, die diese Instrumente kennenlernen möchten und die sich Sehnen nach ruhigen Klangräumen
- Kosten:** keine

Kurze Beschreibung des Angebotes

Mit Psalter, Harfe und Klavier hören sie wohltuende Klänge und Melodien, die es ihnen ermöglichen, innerlich zur Ruhe zu kommen im Hören und Sehen.
Auch spielen wir tröstliche Lieder und Melodien, die ihnen helfen können in schweren Zeiten dem Raum zu geben, was sie bewegt.

Impressum

Herausgeber: Landratsamt Wartburgkreis
Dezernat III
Erzberger Allee 14
36433 Bad Salzungen

Redaktion: Gesundheitsamt
Bereich: Psychiatriekoordination / Gesundheitsförderung