

# 2. Münchner Woche für Seelische Gesundheit

6. – 14. Oktober 2010



Seelische Gesundheit leben!

# Herzlich Willkommen

INFORMIEREN

I

MITMACHEN

M

ERLEBEN

E

FEIERN

F



Nach der erfolgreichen Premiere im vergangenen Jahr freuen wir uns sehr, Ihnen das Programm der 2. Münchner Woche für Seelische Gesundheit vorzustellen. Unser Motto: „Seelische Gesundheit leben!“

**Die Münchner Woche für Seelische Gesundheit bietet in diesem Jahr fast 200 Einzelveranstaltungen in München und Umgebung.**

**In der Erlebnisausstellung „GRENzen erLEBEN“ können Besucher menschliche Grenzsituationen nacherfahren.**

**Eine weitere Neuerung ist die Münchner Messe Seelische Gesundheit, die am 10. Oktober - dem Welttag für Seelische Gesundheit - im Roten Würfel der Hochschule München stattfindet.**

**Erstmals können Sie in diesem Jahr die Münchner Woche für Seelische Gesundheit auf Facebook verfolgen und kommentieren.**

Ein Dankeschön an alle, die zum Gelingen der Münchner Woche für Seelische Gesundheit in diesem Jahr beigetragen haben.

Ihr Team der Münchner Woche für Seelische Gesundheit

**Rita Wüst**

**Joachim Hein**



© Meinen München

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!




# Grußwort

## Oberbürgermeister der Landeshauptstadt München

Seelische Gesundheit leben! ...lautet das Motto der 2. Münchner Woche für Seelische Gesundheit. Aber was braucht die Seele, um gesund zu bleiben? Und was kann jeder dazu beitragen, um dieses Motto zu verwirklichen?

Seelisch gesund zu bleiben ist jedenfalls ein ständiger Balanceakt. Alltägliche Erfahrungen wie Stress, Streit, Krankheit oder Verlust bringen dieses Gleichgewicht leicht in Schieflage. Familiärer Rückhalt, Arbeit, Freunde und Freizeit hingegen sind Ausgleich und Ressourcen. Nicht immer gelingt es jedoch, das Gleichgewicht wiederherzustellen. Schlimmste Folgen können psychische Erkrankungen wie Depressionen sein.

Die Initiatoren der 2. Münchner Woche für Seelische Gesundheit wollen hier wachrütteln: Denn die Zahl der psychischen Erkrankungen nimmt ständig zu und dennoch sind sie leider oft noch ein Stigma, ein Tabu. Vieles kann dafür getan werden, die Psyche gesund zu erhalten und vorzubeugen. Ein offenerer Umgang mit diesem Thema ist dringend geboten, auch um aus den Erlebnissen und Erfahrungen mit seelischen Erkrankungen nachhaltig zu



lernen. Das Programm der Veranstaltungswoche spricht darum jeden an: Die Besucherinnen und Besucher können sich dort informieren, können dort mitmachen, erleben und auch feiern.

Allen, die sich für die 2. Münchner Woche für Seelische Gesundheit engagieren und sich damit selbstbewusst einem wichtigen und schwierigen Thema annehmen, ist daher ausdrücklich zu danken. Auch als Schirmherr wünsche ich den Veranstaltungen eine möglichst große und breite öffentliche Resonanz.



**Christian Ude**





# Grußwort

## Referent für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt München

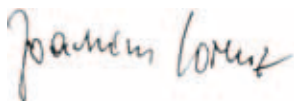
Liebe Münchnerinnen und Münchner, „Seelische Gesundheit leben“ – das Motto der Münchner Woche für Seelische Gesundheit klingt zunächst eher selbstverständlich. Wir neigen dazu, seelische Gesundheit als gegeben anzunehmen, obwohl Schätzungen davon ausgehen, dass etwa 30 Prozent aller Menschen einmal in ihrem Leben an einer psychischen Erkrankung leiden. Allein die Depression zählt laut WHO zu den am häufigsten auftretenden Krankheiten in der Bevölkerung. Aber auch Angststörungen, Psychosen und Suchterkrankungen kommen häufig vor. Nachempfinden, was ein akut erkrankter Mensch durchmacht, können wir, wenn wir es nicht schon selbst erlebt haben, wohl kaum.

Viele psychische Krankheiten gehen mit psychischen und körperlichen Symptomen einher und können den Menschen existentiell bedrohen. Die meisten sind jedoch medikamentös oder mit psychotherapeutischen Verfahren gut behandelbar. Dennoch werden psychische Erkrankungen leider immer noch stigmatisiert. Betroffene und Angehörige sprechen selten über ihre Erkrankung und in der breiten Bevölkerung kursieren Bilder und Vorstellungen, die oftmals unbegründete Ängste auslösen. Öffentlichkeitsarbeit tut Not.

Die Woche für Seelische Gesundheit ist eine hervorragende Plattform, um alle Fragen rund um das Thema psychische Gesundheit einer breiten Öffentlichkeit zu präsentieren. Die Einrichtungen der psychosozialen und psychiatrischen Versorgung laden Sie ein zu erfahren, wie Sie seelisch gesund bleiben und wie psychische Krisen und Erkrankungen aufgefangen und behandelt werden können.

Ich würde mich freuen, wenn wir mit dem vielfältigen Programm zur Woche für Seelische Gesundheit Ihre Neugierde wecken und wir Sie auf der einen oder anderen Veranstaltung begrüßen können.

Mit freundlichen Grüßen



**Joachim Lorenz**





# Grußwort

## Präsident des Bezirkstags von Oberbayern

Der Bezirk Oberbayern wünscht den Initiatoren für die 2. Münchner Woche für Seelische Gesundheit eine breite Resonanz in der Bevölkerung. Bereits im letzten Jahr überzeugte und begeisterte das umfangreiche Programm.

In über 190 Veranstaltungen in München und Umgebung stellen sich mehr als 120 Organisationen und Einrichtungen vor, informieren zum Thema Seelische Gesundheit und fordern zum Mitmachen auf.

Der Bezirk Oberbayern ist mit seinen Kommunalunternehmen Träger von Kliniken und Fachkrankenhäusern. Als verantwortliche Behörde für die Sicherung der psychiatrischen Versorgung in Oberbayern liegt uns die seelische Gesundheit der Bevölkerung sehr am Herzen. Wir unterstützen deshalb diese Aktionswoche, die das Thema der psychischen Erkrankungen aus der Tabuisierung in die Öffentlichkeit holt und psychisch Betroffene mit interessierten Bürgerinnen und Bürgern aus München und Oberbayern zusammen bringt. Durch Aufklärung und Unterhaltung bekämpfen die Veranstalter Unwissenheit und Angst. Nur wenn wir erkennen, dass psychische Störungen und Erkrankungen Teil des Lebens sind und



dass die seelische Gesundheit ein wertvolles und verletzliches Gut ist, können wir die richtigen Weichenstellungen in Familie, Beruf und Schule vornehmen und versuchen, Belastungen und Stress aufzufangen und menschlicher miteinander umzugehen.

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger, ich darf Ihnen viel Vergnügen bei der 2. Münchner Woche für Seelische Gesundheit wünschen. Nutzen Sie die Chance, sich zu informieren und dabei einen wichtigen Teil unserer Gesellschaft zu erleben und helfen Sie, Brücken zu bauen.

*J. Mederer*

**Josef Mederer**



**Qualifizierte Soforthilfe  
bei seelischen Krisen jeder Art  
9 – 21 Uhr**



**089  
7295960**  
**krisendienst**  
psychiatrie münchen



**Spendenkonto  
des Krisendienstes  
Psychiatrie München  
Bank für Sozialwirtschaft  
(BFS) München  
Kto. 6852300  
BLZ 700 205 00  
Spenden sind  
steuerlich absetzbar.**

[info@krisendienst-psychiatrie.de](mailto:info@krisendienst-psychiatrie.de)  
[www.krisendienst-psychiatrie.de](http://www.krisendienst-psychiatrie.de)

Der Krisendienst wird vorrangig durch den Bezirk Oberbayern finanziert, ergänzend durch das Isar-Amper-Klinikum gemeinnützige GmbH, Klinikum München-Ost und die LH München. Das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen fördert die Informations- und Aufklärungskampagne.

## Die erschöpfte Seele



€ 17,95 • ISBN 978-3-466-30861-3

So finden Betroffene zurück in ein erfülltes Leben.



€ 15,95 • ISBN 978-3-466-30883-5

Mit Neuroimagination dem Burn-out in fünf Tagen entgegenwirken.



# Veranstaltungen

☀ <b>Pressekonferenz und Eröffnung</b> .....	<b>MI</b> 6. Oktober .....	<b>15</b>
Veranstaltungen .....	<b>MI</b> 6. Oktober .....	<b>16</b>
Veranstaltungen .....	<b>DO</b> 7. Oktober .....	<b>20</b>
Veranstaltungen .....	<b>FR</b> 8. Oktober .....	<b>31</b>
Veranstaltungen .....	<b>SA</b> 9. Oktober .....	<b>37</b>
☀ <b>Münchener Messe Seelische Gesundheit</b> <b>SO</b> 10. Oktober .....	<b>SO</b> 10. Oktober .....	<b>41</b>
Veranstaltungen .....	<b>SO</b> 10. Oktober .....	<b>42</b>
Veranstaltungen .....	<b>MO</b> 11. Oktober .....	<b>45</b>
Veranstaltungen .....	<b>DI</b> 12. Oktober .....	<b>53</b>
Veranstaltungen .....	<b>MI</b> 13. Oktober .....	<b>65</b>
Veranstaltungen .....	<b>DO</b> 14. Oktober .....	<b>77</b>



depression kann jeden treffen!

## mitglieder des münchner bündnis gegen depression

Ärztlicher Kreis- und Bezirksverband München · Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker München · Aktion gegen die Diskriminierung suchtkranker Menschen · Ausbildungsinstitut München im Verein zur Förderung der klinischen Verhaltenstherapie · Berufliches Trainingszentrum Rhein-Neckar · Dynamisch-psychiatrische Klinik Mengerschwaike · FrauenTherapieZentrum · Heckscher-Klinikum · Horizonte - Verein zur Unterstützung affektiv Erkrankter · Isar-Amper-Klinikum, Klinikum München-Ost · Katholische Seelsorge für psychiatrieerfahrene Menschen und Angehörige, Erzdiözese München und Freising · Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie der LMU · Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der LMU · Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am Klinikum rechts der Isar der TU · Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Klinikum rechts der Isar der TU · Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie im Klinikum Harlaching · Köppel Akademie · Krisendienst Psychiatrie München · Münchner Arbeitsgemeinschaft für Psychoanalyse · Münchner Insel · Münchner Lehr- und Forschungsinstitut der Deutschen Akademie für Psychoanalyse · nea - Netzwerk erwerbssuchender Akademiker · Paritätischer Wohlfahrtsverband, Landesverband Bayern · Pro Familia München · Projekteverein · Psychosomatische Klinik Windach · Psychotherapeutenkammer Bayern · Soziale Dienste Psychiatrie · Sozialpsychiatrisches Zentrum der Kliniken des Bezirks Oberbayern · und weitere über 120 Einzelpersonen

depression ist behandelbar!



Wissensvermittlung über Depressionen  
Verbesserung der Versorgung  
Verringerung von Suiziden und Suizidversuchen  
Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen  
Förderung der Seelischen Gesundheit

münchener  
bündnis  
gegen  
**DEPRESSION**



information, aufklärung, öffentlichkeitsarbeit



depression hat viele gesichter!

unterstützen sie uns!

Als Mitglied, Fördermitglied oder mit Ihrer steuerlich begünstigten Spende.

Spendenkonto: Stadtparkasse München, BLZ 701 500 00, Konto-Nr. 10 00 48 36 59

Münchner Bündnis gegen Depression e.V., Landsberger Str. 68, 80339 München

Tel. 089 / 54 04 51 20, muenchen@buendnis-depression.de

[www.buendnis-depression.de/muenchen](http://www.buendnis-depression.de/muenchen)

Mit freundlicher Unterstützung der



Landeshauptstadt  
München  
Referat für Gesundheit  
und Umwelt

INFORMIEREN **I**

MITMACHEN **M**

ERLEBEN **E**

FEIERN **F**

**Mi**

**06.** 07. 08. 09. 10. 11. 12. 13. 14. **Oktober**

11.00 – 12.00

## Pressekonferenz 2. Münchner Woche für Seelische Gesundheit



Presstetermin mit Experten-Gespräch und Einblick in die Erlebnisausstellung GRENZEN erLEBEN. Im Anschluss Möglichkeit zum Fototermin mit den Podiumsgästen in der Erlebnisausstellung GRENZEN erLEBEN

**Veranstalter**  
**Ort**

Münchner Bündnis gegen Depression e.V.  
In der Karmeliterkirche, Karmeliterstr. 1, Ecke Promenadeplatz, 80331 München

**Anfahrt**

S/U-Bahn Haltestelle Karlsplatz/Stachus oder Marienplatz, Tram 19 Haltestelle Lenbachplatz

16.00 – 19.00

## Eröffnung 2. Münchner Woche für Seelische Gesundheit

*Veranstaltung für geladene Gäste*



**Veranstalter**  
**Ort**

Münchner Bündnis gegen Depression e.V.  
In der Karmeliterkirche, Karmeliterstr. 1, Ecke Promenadeplatz, 80331 München

**Anfahrt**

S/U-Bahn Haltestelle Karlsplatz/Stachus oder Marienplatz, Tram 19 Haltestelle Lenbachplatz

**PROGRAMM**

Grußwort des Schirmherren Oberbürgermeister Christian Ude  
Lydia Dietrich, Stadträtin

**Festvortrag**  
**Musikalische Begleitung**  
**Umtrunk und informeller Austausch**



**9.30 – 11.30**

10 Termine

Ende: 08.12.

**Veranstalter**

**Anmeldung**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Feldenkrais-Gymnastik**

Durch Bewegungsübungen werden Harmonie und Wohlbefinden in Körper und Geist erreicht.

Alten- und Service-Zentrum Milbertshofen

Tel.: 089-356277330, Fax: 089-3562773333,

Email: [asz-milbertshofen@awo-muenchen.de](mailto:asz-milbertshofen@awo-muenchen.de)

ASZ Milbertshofen, Schleißheimer Str. 378, 80809 München

U2 Haltestelle Frankfurter Ring, Bus 50, 177, 178

Haltestelle Moosacher Str.

30,- €



**10.00 – 11.30**

6 Vormittage

**Veranstalter**

**Anmeldung**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Tiefenentspannung**

Entspannungsgruppe. Leitung: Regina Drössel-Heyken.

Termine: Mittwoch 06., 13., 20., 27. Oktober

sowie 10. und 17.11.2010

FTZ – Frauentherapiezentrum 1

Tel.: 089-74737017, Email: [jenny.weirather@ftz-muenchen.de](mailto:jenny.weirather@ftz-muenchen.de)

FTZ – Frauentherapiezentrum 1, Güllstr. 3, 80336 München

U3/U6 Haltestelle Poccistr.

Frei



**14.00 – 16.00**

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Balance gegen Depression und für mehr Lebensfreude im Alter**

Info-Veranstaltung zu diesem innovativen aktivierenden Trainingsprogramm.

Alten- und Service-Zentrum Untergiesing

ASZ Untergiesing, Kolumbusstr. 33, 81543 München

U1/U2 oder Bus 52/58 Haltestelle Kolumbusplatz

Frei



**17.00 – 19.00**

**Veranstalter**

**Anmeldung**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Stressbewältigung für pflegende Angehörige alter Menschen**

Progressive Muskelentspannung - Schnupperkurs für pflegende Angehörige.

Alten- u. Service-Zentrum Schwabing-Ost

Bitte bis 01.10. unter Tel.: 089-3088189

ASZ Schwabing-Ost, Siegesstrasse 31, 80802 München

U3/U6 Haltestelle Münchner Freiheit

Frei





I

17.00 – 20.30

M

E

F

**Veranstalter**  
**Ort**

**Anfahrt**  
**Eintritt**

## **Manchmal möchte ich lieber auf dem Kopf stehen**

Theaterstück und Ausstellung mit Kunstwerken von Menschen mit psychischer Erkrankung.

Berufliche Fortbildungszentren der Bayerischen Wirtschaft  
Veranstaltungsraum bfz München,  
Ridlerstr. 73, 2. Stock, 80339 München  
S7/S20/S27, U4/U5 Haltestelle Heimeranplatz  
Frei



## Soziale Dienste

### *gemeinsam das Leben gestalten*

In den sozialtherapeutischen Heimen und Wohngemeinschaften, dem betreuten Einzelwohnen, aber auch in der Tagesstätte „Werkstattcafé“ und in den tagesstrukturierenden Maßnahmen unterstützen wir Menschen mit seelischen Erkrankungen in der Selbstversorgung, in der Tagesgestaltung und bei der Wiedereingliederung.

Als Kooperationspartner im Krisendienst Psychiatrie München ist Soziale Dienste in der Krisenversorgung für alle Bürgerinnen und Bürger für München tätig.

Um die Qualität unserer Arbeit kontinuierlich zu verbessern, nehmen wir am Benchmarking teil und sind seit Herbst 2007 nach DIN EN ISO 9001:2000 und – als erster Träger bundesweit – nach MAAS-BGW zertifiziert.

Soziale Dienste Psychiatrie gemeinnützige GmbH, Geschäftsstelle, Dorfstraße 28, 85591 Vaterstetten  
Tel o 81 06 - 996 76-0 · Fax o 81 06 - 996 76-199 · [info@sozialdienste.net](mailto:info@sozialdienste.net) · [www.sozialdienste.net](http://www.sozialdienste.net)

*Soziale Dienste ist Mitglied im „Der Paritätische“*



INFORMIEREN

I

MITMACHEN

M

ERLEBEN

E

FEIERN

F

**Do**

06. **07.** 08. 09. 10. 11. 12. 13. 14. **Oktober**

# Grenzen erleben

Grenzen  
erleben

Ausstellungskonzeption  
Sozialpsychiatrische Dienste Traunstein



caritas

## **Erlebnisausstellung zum Thema Depression und Schizophrenie 7. – 14. Oktober 2010 in der Karmeliterkirche München**

**Karmeliterstraße 1 am Promenadeplatz, Mo bis Fr 15 – 20 Uhr und Sa/ So 10 – 20 Uhr**

**Gruppen mit Voranmeldung Mo bis Fr 10 – 14 Uhr, Eintritt 3 €/1 € ermäßigt**

**Anmeldung beim Münchner Bündnis gegen Depression e.V.**

**Tel. 089/54 04 51 20 oder [info@woche-seelische-gesundheit.de](mailto:info@woche-seelische-gesundheit.de)**

Die Ausstellung wird veranstaltet von:

Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker e.V. München • Ärztlicher Kreis- und Bezirksverband München • ASZ, Alten- und Service-Zentren • BRK, Alten- und Service-Zentren • Berufliches Trainingszentrum Rhein-Neckar gGmbH, Zweigstelle München • Caritaszentrum Laim/Sendling, Fachdienst Psychiatrie • diakonia Dienstleistungsbetriebe GmbH • EBESI e.V. • Gemeinnützige GmbH des Projektvereins • Isar-Amper-Klinikum gGmbH, Klinikum München-Ost • Innere Mission München, Diakonie in München und Oberbayern e.V. • Katholischer Männerfürsorgeverein München e.V. • Köppel Akademie • Kassenärztliche Vereinigung Bayerns • Münchner Bündnis gegen Depression e.V. • Referat für Gesundheit und Umwelt, Landeshauptstadt München • Soziale Dienste Psychiatrie gGmbH • Sozialpsychiatrisches Zentrum des Paritätischen in Bayern e.V.



**8.00 – 23.00**

## **Ausstellung: „Die andere Seite“**

Psychiatrieerfahrene zeigen ihre Welten. Gemeinsame Bilderausstellung von Malateliers aus Tagesstätten und psychiatrischen Kliniken.

**Veranstalter**

Sozialpsychiatrisches Zentrum der Kliniken des Bezirks Oberbayern, Haar

**Ort**

Gasteig, Foyer Carl-Orff-Saal, 1. OG, Rosenheimer Str. 5, 81667 München  
S-Bahn Haltestelle Rosenheimer Platz  
Tram 18 Haltestelle Am Gasteig

**Anfahrt**

**Eintritt**

Frei

Letzter Ausstellungstag!  
Eröffnung bereits  
am 17.9.2010.



**9.00 – 16.00**

## **Wege aus der Krise – Arbeitslosigkeit und seelische Gesundheit**

Das Sozialbürgerhaus Laim/Schwanthalerhöhe veranstaltet zusammen mit Fachkräften Vorträge und Infotische.

**Veranstalter**

Sozialbürgerhaus Laim Schwanthalerhöhe  
Dillwächterstr. 7, 80686 München

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

U4/U5 Haltestelle Westendstr.  
Frei



**9.00 – 19.00**

## **Tag der offenen Tür bei AMIGRA**

Die Antidiskriminierungsstelle für Menschen mit Migrationshintergrund der Landeshauptstadt München stellt sich vor. AMIGRA – Antidiskriminierungsstelle für Menschen mit Migrationshintergrund der Landeshauptstadt München

**Veranstalter**

Burgstr. 4, im EG, 80331 München

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

U/S-Bahn Haltestelle Marienplatz  
Frei



**9.30 – 11.30**

## **Frühstückstreff für seelisch belastete Menschen**

Informationsaustausch zu unterschiedlichen psychischen Belastungssituationen, speziell für ältere Betroffene und Interessierte.

**Veranstalter**

Alten- und Service-Zentrum Aubing

**Anmeldung**

Tel.: 089-8646681-0

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

ASZ Aubing, Am Aubinger Wasserturm 30, 81249 München  
S4 Haltestelle Aubing, Bus 161 Haltestelle Limesstr.,  
Bus 57 Haltestelle Kunreuthstr.

Frei



<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>9.30 – 16.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b></p> <p><b>Ort</b> <b>Anfahrt</b></p> <p><b>Eintritt</b></p>	<p><b>Alkohol in der Schwangerschaft</b> Erfolgreich Problembewusstsein schaffen. Fortbildungstagung für Hebammen und MitarbeiterInnen aus Schwangerenberatungsstellen. Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen Tel.: 089-530730-0, Fax: 089-530730-19, Email: bas@bas-muenchen.de Hansa-Haus, Brienner Str. 39, 80333 München U2/U8 Haltestelle Königsplatz, U-Bahn Haltestelle Hauptbahnhof Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>10.00 – 16.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b></p> <p><b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Mobile Krisenhilfe – mobile Information</b> Wandernder Informationsstand des Krisendienstes Psychiatrie München. Krisendienst Psychiatrie München S-Bahn-Stammstrecke zwischen Hauptbahnhof und Ostbahnhof (wechselnd) München S-Bahn Stammstrecke Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>10.00 – 18.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b></p> <p><b>Eintritt</b></p>	<p><b>Tag der offenen Tür in der IWL München</b> Die IWL München und die iwentcasino-Standorte stellen sich vor. Bitte beachten Sie: Führung durch die Werkstatt um 10, 14 und 17 Uhr! Mitmach-Chor für alle um 15 Uhr. ISAR-WÜRM-LECH IWL Werkstätten GmbH Arnulfstr. 205, Rückgebäude, 80634 München S-Bahn Haltestelle Hirschgarten, Tram 16/17 Haltestelle Steubenplatz Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>11.00 – 17.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b></p> <p><b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Gesundheitsprävention in Unternehmen</b> Podiumsdiskussion: Gesunde Führung = gesunde Mitarbeiter = gesundes, erfolgreiches Unternehmen. EBESI – European Business Education and Science Institute Email: Christine.Koepfel@t-online.de Hilton Munich City Hotel, Rosenheimerstr. 15, 81667 München S-Bahn Haltestelle Rosenheimer Platz Frei</p>



**14.00 – 15.30**

## **Informationsveranstaltung: Yoga für ältere Menschen**

Vortrag und praktische Übungen.

**Veranstalter**

Alten- und Service-Zentrum Altstadt

**Anmeldung**

Tel.: 089-264046

**Ort**

ASZ Altstadt, Sebastiansplatz 12, 80331 München

**Anfahrt**

S/U-Bahn Haltestelle Marienplatz, U-Bahn Haltestelle

Sendlinger Tor, Bus 52 Viktualienmarkt

**Eintritt**

Frei



**14.00 – 16.00**

## **Eröffnung der Wanderausstellung: „Patientenrechte – Ärztepfllichten“**

Informiert und gestärkt zum nächsten Arztbesuch!

Ein Ratgeber.

**Veranstalter**

Alten- und Service-Zentrum Freimann

**Anmeldung**

Tel.: 089-329893-0

**Ort**

ASZ Freimann, Edmund-Rumpler-Str. 1, 80939 München

**Anfahrt**

U6 Haltestelle Freimann

**Eintritt**

4,- €



**14.00 – 16.00**

## **„Ein Leben ohne Freude ist wie eine weite Reise ohne Gasthaus.“ (Demokrit)**

Mini-Workshop für mehr Lebensfreude im Alter.

**Veranstalter**

Alten- und Service-Zentrum Pasing

**Anmeldung**

Bitte bis 05.10. unter Tel.: 089-8299770

**Ort**

Bäckerstr. 14, 81241 München

**Anfahrt**

S-Bahn, Bus 56, 57, 160, 161, 162

**Eintritt**

Haltestelle Pasing Bahnhof

5,- €



**14.00 – 16.00**

## **Trauma und Migration – Seelische Gesundheit in der Fremde**

Vortrag von Aziz Awad, REFUGIO München – Beratungs- und Behandlungszentrum für Flüchtlinge und Folteropfer.

**Veranstalter**

Alten- und Service-Zentrum Haidhausen

**Anmeldung**

Tel.: 089-4485272

**Ort**

Wolfgangstr. 18, 81667 München

**Anfahrt**

U4/U5, Tram 15, 25, 19 Haltestelle Max-Weber-Platz

**Eintritt**

Frei





**14.00 – 17.00**

**Veranstalter**  
**Anmeldung**  
**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Kunst zum Ausprobieren**

Gemeinsam kreativ sein mit Papier, Tinte und Schnur.  
Paritätischer Wohlfahrtsverband

Tel.: 089-2420778-208

Der PARITÄTISCHE, Ambulante Altenhilfe,  
Angererstr. 38, 80796 München  
U2 Haltestelle Hohenzollernplatz,  
U2/U3 Haltestelle Scheidplatz

3,- €



**14.00 – 17.00**

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Mehr als ein Dach über dem Kopf**

Tag der offenen Tür im Haus an der Kyreinstr..  
Eine Einrichtung des KMFV für wohnungslose Männer mit  
Sucht- und/oder psychischen Erkrankungen.

Haus an der Kyreinstr.

Katholischer Männerfürsorgeverein (KMFV)

Kyreinstr. 5, 81371 München

U3/U6, Bus 132 Haltestelle Implerstr.

Frei



**14.00 – 17.00**

**Veranstalter**  
**Anmeldung**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Herbstfest**

Genießen Sie den Tag mit Tanz, Spiel und Spannung und  
gutem Essen. Musik by Walter Kuhlman.

Alten- und Service-Zentrum Schwabing-Ost

Bitte bis 05.10. unter Tel.: 089-3088189

ASZ Schwabing-Ost, Siegesstrasse 31, 80802 München

U3/U6 Haltestelle Münchner Freiheit

4,- €



**14.00 – 17.30**

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Feierliche Eröffnung der neugestalteten Tagesstätte**

Eröffnungsfeier und Vernissage.

Soziale Dienste Psychiatrie gemeinnützige GmbH,  
Tagesstätte „Werkstattcafé“

Hermann-Lingg-Str. 12, 80336 München

Tram 19 Haltestelle Hermann-Lingg-Str.

Frei



**14.30 – 16.00**

## **Balance – für mehr Lebensfreude im Alter**

Informationen über das Krankheitsbild Depression sowie inhaltliche und organisatorische Hinweise zum Balance-Trainingsprogramm.

**Veranstalter** Alten- und Service-Zentrum Sendling  
**Ort** ASZ Sendling, Daiserstr. 37, 80337 München  
**Anfahrt** U6/S7/S27 Haltestelle Harras oder U3/U6 Haltestelle Implerstr.  
**Eintritt** Frei



**14.30 – 16.00**

## **Kreatives Schreiben**

Erinnerungen werden aufgefrischt und in eigenen Texten bewahrt.

**Veranstalter** Alten- und Service-Zentrum Maxvorstadt  
**Anmeldung** Tel.: 089-41118440  
**Ort** ASZ Maxvorstadt, Gabelsberger Str. 55a, 80333 München  
**Anfahrt** U2 Haltestelle Königsplatz, Bus 100 Haltestelle Technische Universität  
**Eintritt** 3,80 €



**15.00 – 16.30**

## **Förderung der Selbstheilungskräfte für den Alltag**

Vortrag bzw. Workshop von Dr. med. Eleni Kavelara Lodge.

**Veranstalter** Alten- und Service-Zentrum Laim  
**Ort** ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686 München  
**Anfahrt** U5 Haltestelle Friedenheimerstr., Tram 18 Haltestelle Siglstr.  
**Eintritt** Frei



**15.00 – 18.00**

## **Projekte unter'm Regenbogen**

Der Regenbogen e.V., Rehabilitationsgesellschaft Haar, stellt seine Projekte im Kleinen Theater Haar vor. Regenbogen e.V.

**Veranstalter** Regenbogen e.V.  
**Ort** Casinostr. 75, 85540 Haar  
**Anfahrt** S4 Haltestelle Haar anschl. Bus 234 Haltestelle Krankenhaus  
**Eintritt** Frei





<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>15.00 – 18.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Stationen der Inklusion</b></p> <p>Führung durch verschiedene Angebote: 1) die Textilsortierung der diakonia 2) SPDi Neuhausen 3) Tagesstätte 4) Kindergarten 5) kleidsam.</p> <p>kleidsam</p> <p>Startadresse des Rundgangs: Landshuter Allee 38, 80636 München</p> <p>U1 Haltestelle Rotkreuzplatz oder Maillingerstr., Bus Haltestelle Schlörstr.</p> <p>Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>16.00 – 17.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Ergotherapie im psychiatrischen Bereich</b></p> <p>Die Praxis für Ergotherapie von HIPSY e.V. stellt sich vor. Vortrag mit Demonstration.</p> <p>HIPSY – Praxis für Ergotherapie HIPSY, Deisenhofener Str. 45, 81539 München</p> <p>U/S-Bahn Haltestelle Giesing, U2/Bus 54 Haltestelle Untersbergstr.</p> <p>Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>17.00 – 18.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Wenn die Arbeit krank gemacht hat</b></p> <p>Vortrag zu den Folgen von Stress, Mobbing, Burnout, Arbeitsplatzverlust etc. und ihre Behandlung in der Psychosomatischen Tagesklinik Harlaching.</p> <p>Städtisches Klinikum München GmbH, Klinikum Harlaching Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Psychosomatische Tagesklinik für Erwachsene Klinikum Harlaching, Altbau A1, Seminarraum E36 (EG), Sanatoriumsplatz 2, 81545 München</p> <p>Tram 15/25, Bus 139 Haltestelle Klinikum Harlaching</p> <p>Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>17.00 – 19.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Diagnose Demenz – wie geht es weiter?</b></p> <p>Welche Belastungen entstehen durch die Diagnose Demenz auch für die Angehörigen und welche Möglichkeiten haben sie, ihre Stabilität zu erhalten?</p> <p>Alten- und Service-Zentrum Milbertshofen ASZ Milbertshofen, Schleißheimer Str. 378, 80809 München</p> <p>U2 Haltestelle Frankfurter Ring, Bus 50, 177, 178, Haltestelle Moosacher Str.</p> <p>Frei</p>



**17.30 – 19.00**

## **Kinder suchtkranker Eltern**

Informationen über das Familienleben mit suchtkranken Eltern, Möglichkeiten zur Stärkung und Förderung betroffener Kinder. Lesung der Autorin zum Buch „Wessen Moral?“

**Veranstalter**  
**Anmeldung**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

Club 29 e.V.  
Tel.: 089-5998930 oder Email: info@club29.net  
Dachauer Str. 29, 80335 München  
S/U-Bahn Haltestelle Hauptbahnhof  
Frei



**17.30 – 19.30**

## **Focusing – Ihr Körper weiß die Antwort**

Vortrag und Übungen, nur für Frauen.

**Veranstalter**  
**Anmeldung**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

fgz - FrauenGesundheitszentrum München  
Tel.: 089-1291195 oder Email: fgz@fgz-muc.de  
Nymphenburger Str. 38, Rückgebäude, 80335 München  
U1 Haltestelle Stiglmaierplatz  
8,- €



**18.00 – 19.00**

## **Betreuung bei Zahnarztangst**

Informationsabend über Behandlungsmethoden bei Zahnarztangst.

**Veranstalter**  
**Anmeldung**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

Zahnarztpraxis Dr. Brigitte Stadtkus-Weigl  
Tel.: 089-1496437 oder Email: info@zahnarztthypnose.de  
Eversbuschstrasse 3, 80999 München  
S2 Haltestelle Allacher Bahnhof,  
Bus 165 Richtung Westfriedhof  
Frei



**18.00 – 19.30**

## **„So kann er dennoch tätig seyn“**

Beschäftigung und Arbeit im Behandlungsalltag seelisch kranker Menschen. Vortrag von Dr. phil. Christoph Leder, Volkskundler und Historiker.

**Veranstalter**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

Soziale Dienste Psychiatrie gemeinnütziger GmbH  
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der LMU,  
großer Hörsaal, Nußbaumstr. 7, 80336 München  
U3/U6 Haltestelle Goetheplatz,  
U1/U2 Haltestelle Sendlinger Tor  
Frei



**18.00 – 20.00**

**Veranstalter**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**



## **Die Frauengärten im Kofra stellen sich vor**

Dieses Projekt ermöglicht stadtteilnah erwerbstätigen/erwerbslosen Frauen den gemeinschaftlichen Anbau von gesunden Lebensmitteln.

Kofra e.V.  
Baaderstr. 30, 80469 München  
S-Bahn Haltestelle Isartor  
Frei



**18.00 – 20.00**

**Veranstalter**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

## **Alkohol – zwischen Genuss und Abhängigkeit**

Gesprächsrunde nur für Frauen.

Frauentherapiezentrum Suchtberatung  
Güllstr. 3, 80336 München  
U3/U6 Haltestelle Poccistr.  
Frei



**18.00 – 20.00**

**Veranstalter**  
**Anmeldung**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**



## **Therapieoptionen bei depressiven Erkrankungen – Aktuelle Entwicklung der Pharmakologie**

PD Dr. T. Baghai (LMU München) spricht über Depressionen, Ursachen und Behandlungsmethoden.

Alten- und Service-Zentrum Aubing  
Tel.: 089-8646681-0  
ASZ Aubing,  
Am Aubinger Wasserturm 30, 81249 München  
S4 Haltestelle Aubing, Bus 161 Haltestelle Limesstr.,  
Bus 57 Haltestelle Kunreuthstr.  
Frei



**18.00 – 21.00**

**Veranstalter**  
**Anmeldung**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

## **Psychisch Kranke beißen nicht!**

HIPSY-Stammtisch

HIPSY - Hilfe für psychisch Kranke e.V.

Tel.: 089-4481342  
Gaststätte „Wienerwald“ in Ramersdorf,  
Anzinger Str. 2, 81671 München  
U2, Bus 55, 155 Haltestelle Karl-Preis-Platz  
Frei



**18.00 – 21.00**

## **Vernissage „Achtsamkeit“**

Eröffnung der Fotoausstellung mit anschließendem Konzert und leckerem Essen.

**Veranstalter**

kleidsam

**Ort**

Blutenburgstr. 65, 80636 München  
anschließendes Konzert in Landshuter Allee 40  
U1 Haltestelle Rotkreuzplatz oder Maillingerstr.,  
Bus Haltestelle Schlörstr.

**Anfahrt**

**Eintritt**

Frei



**18.30 – 20.00**

## **Stressbewältigung – Wege zu psychischer Gesundheit**

Die Veranstaltung vermittelt den Zusammenhang von Stress und psychischer Gesundheit und gibt einen Überblick über Methoden der Stressbewältigung.

**Veranstalter**

Programm für seelische Gesundheit  
am Klinikum rechts der Isar

**Ort**

Nigerstr. 3, 81675 München

**Anfahrt**

U4, Bus 54, 100 Haltestelle Prinzregentenplatz

**Eintritt**

Frei



**19.00 – 20.30**

## **Hat unser Kind psychische Probleme?**

Die Münchner Arbeitsgemeinschaft für Psychoanalyse stellt ihr Beratungsangebot vor.

**Veranstalter**

Münchner Arbeitsgemeinschaft für Psychoanalyse e.V.

**Ort**

Müllersches Volksbad, 2. Stock,  
Rosenheimer Str. 1, 81667 München

**Anfahrt**

S-Bahn Haltestelle Isartorplatz oder Rosenheimer Platz,  
Tram 18 Haltestelle Deutsches Museum

**Eintritt**

Frei



**19.00 – 20.30**

## **Möglichkeiten und Grenzen der Vermittlung von geeigneter Psychotherapie für Therapiesuchende**

Vortrag der Beratungsstelle für Erwachsene der Münchner Arbeitsgemeinschaft für Psychoanalyse e.V.

**Veranstalter**

Münchner Arbeitsgemeinschaft für Psychoanalyse e.V.

**Ort**

Müllersches Volksbad, 2. Stock,  
Rosenheimer Str. 1, 81667 München

**Anfahrt**

S-Bahn Haltestelle Isartorplatz oder Rosenheimer Platz,  
Tram 18 Haltestelle Deutsches Museum

**Eintritt**

Frei

 <p><b>19.00 – 21.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b></p> <p><b>Ort</b> <b>Anfahrt</b></p> <p><b>Eintritt</b></p> 	<p><b>Stressbewältigung</b></p> <p>Interne Fortbildung für Referentinnen von Donna Mobile. Donna Mobile Gesundheitsförderung, Prävention und Qualifizierung für Migrantinnen Landsberger Str. 45 a, 80339 München U4/U5 Haltestelle Schwanthalerhöhe, Tram 18/19 Haltestelle Schrenkstr., S-Bahn Haltestellen Hackerbrücke/Donnersbergerbrücke Frei</p>
 <p><b>19.00 – 21.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b></p> <p><b>Ort</b> <b>Anfahrt</b></p> <p><b>Eintritt</b></p> 	<p><b>Filmtage zur Woche für Seelische Gesundheit</b></p> <p>Filmvorführung mit Diskussion: „ALLEIN“ – deutscher Spielfilm über eine junge Frau, die an einem Borderline-Syndrom leidet. Sozialpsychiatrischer Dienst Stadtmitte Referat für Gesundheit und Umwelt der LH München Beratungshaus, Paul-Heyse-Str. 20, 80336 München S/U-Bahn Haltestelle Hauptbahnhof, Tram 18/19 Haltestelle Holzkirchner Bahnhof Frei</p>
 <p><b>19.30 – 21.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b></p> <p><b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Weiterleben nach dem Suizid eines Angehörigen</b></p> <p>Informationsveranstaltung für Menschen, die einen Partner, Elternteil, Geschwister, Sohn oder Tochter durch Suizid verloren haben. DIE ARCHE – Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V. Viktoriastr. 9, 1. Stock, 80803 München U3 Bonner Platz, U3/U6 Münchner Freiheit Frei</p>
 <p><b>19.30 – 21.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b></p> <p><b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Selbsthilfegruppe</b></p> <p>Begegnung und Austausch für Frauen, die eine psychische Krise in der Schwangerschaft oder nach der Geburt eines Kindes erleben bzw. erlebt haben. Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein Häberlstr. 17, Rückgebäude, 80337 München U3/U6 Haltestelle Goetheplatz Frei</p>



INFORMIEREN

I

MITMACHEN

M

ERLEBEN

E

FEIERN

F

**Fr**

06. 07. **08.** 09. 10. 11. 12. 13. 14. **Oktober**

I

9.30 – 12.00

M

E

F

**Veranstalter**  
**Anmeldung**  
**Ort**



**Anfahrt**  
**Eintritt**

## Gruppe für psychisch belastete Menschen

Die Guten-Morgen-Runde ist eine Gruppe für psychisch belastete Menschen oder Menschen, die sich einsam fühlen.

Alten- und Service-Zentrum Fürstenried

Tel.: 089-759 55 11

Alten- und Service-Zentrum Fürstenried,  
Züricher Str. 80, 81476 München

U3, Bus 132/133 Haltestelle Forstenrieder Allee  
2,- €

I

10.00 – 13.00

M

E

F

**Veranstalter**  
**Ort**



**Anfahrt**  
**Eintritt**

## Condrops e.V. Drogenberatung München

Die Suchtberatungsstelle Condrops e.V. in München stellt sich vor.

Condrops e.V. Drogenberatung München

Fußgängerzone (Karlsplatz/Stachus),  
Neuhauser Str. 20, 80331 München

U4/U5/S-Bahn Haltestelle Karlsplatz/Stachus  
Frei

I

10.00 – 13.00

M

E

F

**Veranstalter**  
**Ort**

**Anfahrt**  
**Eintritt**

## Die Infostelle Wohnnetz stellt sich vor

Informationsveranstaltung für NutzerInnen, Interessierte und TrägervertreterInnen, die die Infostelle Wohnnetz kennenlernen möchten.

Regenbogen Wohnen gGmbH, Infostelle Wohnnetz  
Trausnitzstrasse 8, 81671 München

S-Bahn Haltestelle Ostbahnhof  
Frei

I

10.00 – 15.00

M

E

F

**Veranstalter**  
**Ort**



**Anfahrt**  
**Eintritt**

## Wanderausstellung „Patientenrechte – Ärztepfllichten“

Informiert und gestärkt zum nächsten Arztbesuch!  
Ein Ratgeber.

Alten- und Service-Zentrum Freimann

ASZ Freimann, Edmund-Rumpler-Str. 1, 80939 München  
U6 Haltestelle Freimann

Frei



**10.00 – 18.00**

**Veranstalter**

**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

## **Kunsttherapie – Kreativ Gesundheit lernen**

Ausstellung lehrtherapeutischer Bilder.  
Forum A.K.T. e.V. – Forum für Analytische und Klinische Kunsttherapie, Bildungsinstitut für Gesundheit lernen  
Volkartstr. 26, 80634 München  
U1 Haltestelle Rotkreuzplatz  
Frei



**14.00 – 17.00**

**Veranstalter**

**Anmeldung**

**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

## **Stressbewältigung durch Achtsamkeit (Workshop 1)**

MBSR (MindfulnessBasedStressReduction) & MBCT (Mindfulness Based Kognitive Therapie) werden immer mehr zur Stressreduktion bei Depressionen eingesetzt.  
Elke Popp und Lisa Weegen  
Tel.: 089-71039973 oder Email: kontakt@elkepopp.de  
T-Raum, 5. Stock, Sendlinger Str. 17, 80331 München  
U/S-Bahn Haltestelle Sendlinger Tor oder Marienplatz  
10,- €



**15.30 – 17.00**

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**  
**Eintritt**

## **Stationäre/tagesklinische Psychotherapie – Harlaching stellt sich vor**

Informationsveranstaltung über das Therapieangebot.  
Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Klinikum Harlaching  
Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Haus A1, 3. Stock, Tagesklinik, Sanatoriumsplatz 2, 81545 München  
Tram 15/25, Bus 139 Haltestelle Klinikum Harlaching  
Frei



**16.00 – 18.00**

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**  
**Eintritt**

## **Gedächtnisstörung jenseits der 50 – Bedeutung und Handlungsbedarf**

Das ISD informiert Interessierte über Hirnleistungsstörungen und Demenz sowie über die unterschiedlichen therapeutischen Möglichkeiten.  
Institut für Schlaganfall- und Demenzforschung  
Klinikum LMU, Campus Großhadern, Hörsaal VI (Ebene 1), Marchioninstr. 15, 81377 München  
U6, Bus 266/269 Haltestelle Klinikum Großhadern,  
Bus 56 Haltestelle Klinikum Ost  
Frei







**18.00 – 20.00**

## **Schikanen am Arbeitsplatz: Arbeitsrechtliche Möglichkeiten**

Vortrag über die psychischen u. psychosomatischen Folgen von Schikanen und Mobbing am Arbeitsplatz. Rechtliche Aspekte und Handlungsmöglichkeiten werden aufgezeigt.

**Veranstalter**

Rechtsanwalt Michael C. Ursel, Fachanwalt für Arbeitsrecht, Vorstandsmitglied Münchner Bündnis gegen Depression e.V.

**Ort**

Geschäftsstelle Münchner Bündnis gegen Depression, Landsberger Str. 68, 5. Stock, 80339 München

**Anfahrt**

Tram 18/19 Haltestelle Schrenkstr., S-Bahn Hackerbrücke/Donnersbergerbrücke

**Eintritt**

4,- €, ermäßigt 2,- €, Bündnis-Mitglieder frei



**18.00 – 21.00**

## **Stressbewältigung durch Achtsamkeit (Workshop 2)**

MBSR (MindfulnessBasedStressReduction) & MBCT (MindfulnessBased Kognitive Therapie) werden immer mehr zur Stressreduktion bei Depressionen eingesetzt.

**Veranstalter**

Elke Popp und Lisa Weegen

**Anmeldung**

Tel.: 089-71039973 oder Email: kontakt@elkepopp.de

**Ort**

T-Raum, 5. Stock, Sendlinger Str. 17, 80331 München

**Anfahrt**

U/S-Bahn Haltestelle Sendlinger Tor oder Marienplatz

**Eintritt**

10,- €



**19.00 – 21.00**

## **Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz**

Vorgestellt werden u.a. Empfehlungen des Berufsverbandes Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP).

**Veranstalter**

BDP, Landesgruppe Bayern

**Ort**

ASZ Schwabing-Ost, Siegesstr. 31, 80802 München

**Anfahrt**

U3/U6 Haltestelle Münchner Freiheit

**Eintritt**

Frei

## **FTZ-Fortbildung und Supervision**

05.11. - 06.11.2010 Selbstverletzendes Verhalten bei Mädchen und Frauen

12.11. - 13.11.2010 Alkoholprobleme – Erkennen, Interventionen und Grenzen

02.12. - 04.12.2010 Psychiatrieerfahrene Frauen und ihre Kinder:

Komplexe Hilfebedarfe, schwierige Parteilichkeiten

Termine bitte erfragen Trauma-Arbeit, Modulsystem 1 – 10



Information und Anmeldung: Sonja Schmidt, 089 / 74 73 70 80,  
fortbildung@ftz-muenchen.de, www.ftz-muenchen.de



**19.00 – 21.00**

## **Kunst in der Psychiatrie**

Welche Bedeutung hat Kunst in einer psychiatrischen Klinik - für Patienten und Ärzte? Welche Einblicke in ihre Welt gibt es?

**Veranstalter**  
**Anmeldung**  
**Ort**  
**Anfahrt**

Evangelische Stadtakademie München  
Tel.: 089-5490270 oder Email: [info@evstadtakademie.de](mailto:info@evstadtakademie.de)  
Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München  
U-Bahn/Tram Haltestelle Sendlinger Tor,  
S-Bahn Haltestelle Karlsplatz/ Stachus



**Eintritt**

6,- €, ermäßigt 5,- €



**19.00 – 21.00**

## **Mehr Rechte für psychisch Kranke?**

Die Behindertenrechts-Konvention der Vereinten Nationen und ihre Auswirkungen für psychisch Kranke. Vortrag von Rechtsanwalt Thomas Hamprecht.

**Veranstalter**  
**Anmeldung**

Netzwerk Psychiatrie München e.V.  
Rollstuhlfahrer bitte frühzeitig anmelden unter  
0178-5476487

**Ort**

Gesundheitsladen München,  
Waltherstr. 16a, 80337 München

**Anfahrt**

U3/U6 Haltestelle Goetheplatz

**Eintritt**

3,- €



**19.30 – 21.30**

## **Alexander-Technik – für mehr Leichtigkeit, Balance und Wohlbefinden**

Einführungsabend mit praktischen Übungen. „Das Richtige geschieht von selbst... wenn wir nicht stören.“

**Veranstalter**  
**Ort**

Jana M. Dobrick M.A., Lehrerin der F.M. Alexander-Technik  
Räume der Evangelischen StudentInnengemeinde,  
Friedrichstr. 25, 80801 München

**Anfahrt**

U3/U6 Haltestelle Giselastr.

**Eintritt**

10,- €, ermäßigt 7,- €



**19.30 – 21.30**

## **Schutz und Stabilität**

Einführungsabend für Frauen in führenden, helfenden und heilenden Berufen.

**Veranstalter**  
**Anmeldung**

FrauenGesundheitsZentrum  
Tel.: 089-1291195 oder Email: [fgz@fgz-muc.de](mailto:fgz@fgz-muc.de)

**Ort**

Nymphenburger Str. 38, Rückgebäude, 80335 München

**Anfahrt**

U1 Haltestelle Stiglmaierplatz

**Eintritt**

15,- €



## **Alten- und Service-Zentren**

**Beratung**

**Information**

**Beteiligung**

**Unterstützung**

**Begegnung Gruppen und Kurse**

Die Münchner Alten- und Service-Zentren –  
Ihre Wegbegleiter im Alter



INFORMIEREN **I**

MITMACHEN **M**

ERLEBEN **E**

FEIERN **F**

**Sa**

06. 07. 08. **09.** 10. 11. 12. 13. 14. **Oktober**

<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>10.00 – 12.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b></p> <p><b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Alexander-Technik für helfende und therapeutische Berufe (Workshop mit Anwendungsbeispielen)</b> Entdecken Sie, wie Sie gewohnte Dinge anders tun können. Überraschende, neue Impulse für den Alltag! Jana M. Dobrick M.A., Lehrerin der F.M. Alexander-Technik Tel.: 089-335412 oder Email: info@steppiano.de Räume der Evangelischen StudentInnengemeinde, Friedrichstr. 25, 80801 München U3/U6 Haltestelle Giselastr. 15,- €</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>10.00 – 14.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b></p> <p> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Depression und Burn out</b> Interner Vortrag für die Multiplikatorinnen von Donna Mobile. Donna Mobile – Gesundheitsförderung, Prävention und Qualifizierung für Migrantinnen Landsberger Str. 45 a, 80339 München U4/U5 Haltestelle Schwanthalerhöhe, Tram 18/19 Haltestelle Schrenkstr., S-Bahn Haltestellen Hackerbrücke/Donnersbergerbrücke Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>10.00 – 15.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Wanderausstellung „Patientenrechte – Ärztepfllichten“</b> Informiert und gestärkt zum nächsten Arztbesuch! Ein Ratgeber. Alten- und Service-Zentrum Freimann ASZ Freimann, Edmund-Rumpler-Str. 1, 80939 München U6 Haltestelle Freimann Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>10.00 – 17.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Persönliche Stärken erkennen und nutzen</b> 1-Tages-Workshop unter der Leitung von Regina Drössel-Heyken FTZ-Frauentherapiezentrum Tel.: 089-74737017 oder Email: jenny.weirather@ftz-muenchen.de Frauentherapiezentrum 1, Psychosoziale Beratung Güllstr. 3, 80336 München U3/U6 Haltestelle Poccistr. 60,- €</p>



**10.00 – 18.00**

## **Fußballturnier**

Für alle interessierten Mannschaften.

**Veranstalter**  
**Anmeldung**

Isar-Amper-Klinikum, Klinikum München-Ost

Für teilnehmende Mannschaften Tel.: 089-4562-2822 oder

Email: oeffentlichkeitsarbeit@iak-kmo.de

**Ort**  
**Anfahrt**

Vockestr. 72, 85540 Haar

S4 Haltestelle Haar

anschl. Bus 234 Haltestelle Krankenhaus

**Eintritt**

Frei



**13.00 – 15.00**

## **Selbst bestimmtes Leben mit dem Persönlichen Budget**

Basisinformationen zu Recht und Zugangsvoraussetzungen zum Persönlichen Budget.

**Veranstalter**  
**Anmeldung**

Michael Siebel, Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.

Tel.: 089-17109348 oder Mobil: 0176-63092414 oder

Email: proteusberatung@gmx.de

**Ort**  
**Anfahrt**

Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München

Tram 18/19 Haltestelle Schrenkstr.,

U4/U5 Haltestelle Schwanthalerhöhe

**Eintritt**

Frei



**13.00 – 16.00**

## **„Zuerst ich?“ – „Ja, und umso besser für die anderen!“**

Alexander-Technik: Kennen lernen – Ausprobieren – Nachfragen für alle Neugierigen, insbes. Menschen in helfenden Berufen oder herausfordernden Situationen. Schnupperzeit mit Alexander-Technik-Lehrern.

**Veranstalter**  
**Ort**

Alexander-Technik Kooperation München

Räume der Evangelischen StudentInnengemeinde,

Friedrichstr. 25, 80801 München

**Anfahrt**

U3/U6 Haltestelle Giselastr.,

Tram 27 Haltestelle Elisabethplatz

**Eintritt**

Frei

4.-10. OKTOBER 2010

IM FOKUS: ARBEIT



4. BERLINER WOCHE DER  
**SEELISCHEN  
GESUNDHEIT**

ÜBER 130 EVENTS IN GANZ BERLIN  
[WWW.BERLIN.SEELISCHEGESUNDHEIT.NET](http://WWW.BERLIN.SEELISCHEGESUNDHEIT.NET)

INITIATOREN



Aktionsbündnis  
Seelische Gesundheit



MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON



INFORMIEREN

I

MITMACHEN

M

ERLEBEN

E

FEIERN

F

**So**

06. 07. 08. 09. **10.** 11. 12. 13. 14. **Oktober**



# So 10. Oktober

I  
M  
E  
F

Münchner Messe

## Seelische Gesundheit



**09.00 – 18.00**

**Eintritt: frei!**

**Informationsbörse für Interessierte und Fachpublikum. Über 35 Infostände. Rahmenprogramm mit Fachvortrag, Politiker- und Expertengespräch.**

**Veranstalter**  
**Kooperationspartner**  
**Ort**

Münchner Bündnis gegen Depression e.V.  
Hochschule München und Selbsthilfezentrum München  
Im Roten Würfel der Hochschule München  
Lothstr. 64, 80335 München  
Tram 20, Haltestelle Lothstr.

**Anfahrt**

### PROGRAMM

10.00 Uhr

**Eröffnung**

11.00 – 13.00 Uhr

**Burn out – was ist das? Und wo fangen Depressionen an?**



Vortrag von Prof. Dr. Dr. Andreas Hillert, Chefarzt Klinik Roseneck, Prien am Chiemsee, mit anschließendem Publikumsgespräch

13.00 – 15.00 Uhr

**Psychisch krank – Ein Tabu für die Politik?**

Gesundheitspolitische Diskussion zur Versorgung psychisch erkrankter Menschen in Bayern mit den gesundheits-/ sozialpolitischen SprecherInnen der Landtagsfraktionen:

- Dr. Otto Bertermann, FDP
- Theresa Schopper, Bündnis 90/Die Grünen
- Kathrin Sonnenholzner, SPD
- Joachim Unterländer, CSU
- Dr. Karl Vetter, Freie Wähler

Moderation: Werner Buchberger, Bayerischer Rundfunk

15.00 – 17.00 Uhr

**„Depressionsbehandlung heute“**

Ein Expertengespräch mit Forum für Zuschauerfragen

- Prof. Dr. Dr. Margot Albus, Klinikum München-Ost
- Prof. Dr. Hans Förstl, TU München
- Prof. Dr. Martin Hautzinger, Universität Tübingen
- Prof. Dr. Peter Henningsen, TU München
- Prof. Dr. Hans-Jürgen Möller, LMU München

Moderation: Dr. Marianne Koch, Bayerischer Rundfunk

**Außerdem Mitmach-Angebote zur Stress-Prävention/Entspannung und Informationen zum Thema Selbsthilfe durch das Selbsthilfezentrum München.**



**8.30 – 11.30**

## **Ökumenischer Gottesdienst in St. Raphael**

Gottesdienst und anschl. Gesprächsrunde (9.45h) mit Psychiatrieseelsorgerinnen des Klinikums München-Ost/ Haar.

**Veranstalter**

Ökumenisches Seelsorgeteam des Isar-Amper-Klinikums, Klinikum München-Ost

**Ort**

Kath. Kirche St. Raphael, KMO 1, Spiegelsaal des Personalcasinos, Ringstr. 35, 85540 Haar

**Anfahrt**

S4 Haltestelle Haar anschl. Bus Richtung Neukeferloh Haltestelle KMO 1



**10.00 – 15.00**

## **Wanderausstellung: „Patientenrechte – Ärztepfllichten“**

Informiert und gestärkt zum nächsten Arztbesuch! Ein Ratgeber.

**Veranstalter**

Alten- und Service-Zentrum Freimann

**Ort**

ASZ Freimann, Edmund-Rumpler-Str. 1, 80939 München

**Anfahrt**

U6 Haltestelle Freimann

**Eintritt**

Frei



**11.00 – 13.30**

## **Film-Matinée „Helen“**

Filmvorführung und anschließende Podiumsdiskussion zum Thema Depression.

**Veranstalter**

Arbeitskreis Allgemeinpsychiatrie, SPDi Starnberg

**Ort**

Kino Breitwand Starnberg,  
Wittelsbacher Str. 10, 82319 Starnberg

**Anfahrt**

S6 Haltestelle Starnberg

**Eintritt**

Im Kino erfragen



**15.00 – 17.30**

## **Stress durch unsichere Beschäftigung – Stress durch Arbeitslosigkeit**

Nach einem Vortrag erarbeitet nea e.V. mit Betroffenen wieviel Stress diese durch Arbeitslosigkeit, befristete Arbeit, Selbständigkeit u.ä. erleben.

**Veranstalter**

\*nea e.V., Netzwerk erwerbssuchender Akademiker

**Anmeldung**

Tel.: 089-66062280 oder Email: info@nea-ev.de

**Ort**

\*nea e.V., Pariser Strasse 8, 81669 München

**Anfahrt**

S-Bahn Haltestelle Rosenheimer Platz

**Eintritt**

2,- €

# Der Ärztliche Kreis- und Bezirksverband München

- ▶ vertritt die beruflichen Interessen aller 18.000 Münchner Ärztinnen und Ärzte
- ▶ trägt Sorge dafür, dass die ärztlichen Berufspflichten erfüllt werden
- ▶ fördert die ärztliche Fortbildung
- ▶ wirkt in der öffentlichen Gesundheitspflege mit

[www.aekbv.de](http://www.aekbv.de)

**ÄKBV**  
Ärztlicher Kreis-  
und Bezirksverband München



## Wege im Psycho-Dschungel Depression und Angst: Erkennen und Handeln

Sie fragen, Experten antworten

Gesprächsrunde mit Ärzten/Ärztinnen und  
Psychotherapeuten/Psychotherapeutinnen aus München

Mittwoch, den 13. Oktober 2010

19.00 bis 20.30 Uhr

Seidlvilla

Nikolaiplatz 1b, 80802 München

Der Eintritt ist frei. Die Räume sind barrierefrei erreichbar.

Weitere Informationen

[www.woche-seelische-gesundheit.de](http://www.woche-seelische-gesundheit.de)

Eine Veranstaltung des ÄKBV und der KVB

Arzt- und Psychotherapeutensuche

Bereitschaftsdienstauskunft

Psychotherapieplatzvermittlung

Patienteninformation



[www.kvb.de](http://www.kvb.de)



INFORMIEREN

I

MITMACHEN

M

ERLEBEN

E

FEIERN

F

# Mo

06. 07. 08. 09. 10. **11.** 12. 13. 14. **Oktober**

<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>9.00 – 10.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> 	<p><b>Wirbelsäulengymnastik – Kinästhetik</b></p> <p>Harmonisierung von Körper und Geist durch ganzheitliche Körper- und Bewegungsschulung mit Herrn Neff.</p> <p>Alten- und Service-Zentrum Untergiesing ASZ Untergiesing, Kolumbusstr. 33, 81543 München U1/U2, Bus 52/58 Haltestelle Kolumbusplatz Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>10.00 – 13.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> 	<p><b>Condrops e.V. – Tagesklinik für drogenabhängige Erwachsene München</b></p> <p>Die Tagesklinik für Drogenabhängige von Condrops e.V. stellt sich und ihr Programm der ganztägig ambulanten Rehabilitation vor.</p> <p>Condrops e.V. – Tagesklinik Neuhauserstr. 20, 80331 München S/U-Bahn Karlsplatz/Stachus oder Marienplatz Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>10.00 – 16.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Sozialer Hilfsdienst „Weiße Feder“ gGmbH</b></p> <p>Tag der offenen Tür bei einem Pflege- u. Hauswirtschaftsdienst für Psychiatrieerfahrene. Vorstellung der „Weißen Feder“ in einem Vortrag um 14 Uhr.</p> <p>Sozialer Hilfsdienst Weiße Feder gGmbH Oefelestr. 12, 81543 München U1/U2 Haltestelle Kolumbusplatz Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>11.00 – 12.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Essstörungen – Frauen- und Männersache</b></p> <p>Vortrag über die Besonderheiten, Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Essstörungen bei Männern und Frauen. „Cinderella e.V.“-Beratungsstelle für Essstörungen</p> <p>Westendstr. 35, 80339 München S-Bahn Haltestelle Hackerbrücke, Tram 18/19 Haltestelle Holzapfelstr., U-Bahn Haltestelle Theresienwiese Frei</p>



**13.00 – 16.00**

## **Trockenräume – Räume der Therapie**

Information und Begegnung mit Konzept und Betroffenen einer Facheinrichtung für suchtabhängige Männer und abstinenter Lebensführung.

**Veranstalter**  
**Ort**

Hans-Scherer-Haus, Katholischer Männerfürsorgeverein  
Hans-Scherer Haus,  
Mittenheim 38, 85764 Oberschleißheim bei München  
S1 Haltestelle Oberschleißheim

**Anfahrt**  
**Eintritt**

Frei



**14.00 – 16.00**

## **Psychische Gesundheit im Alter**

Vortrag von Diego Feßmann, Gerontopsychiatrischer Dienst München Ost.

**Veranstalter**  
**Anmeldung**

Alten- und Service-Zentrum Haidhausen  
Tel.: 089-4485272

**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

Wolfgangstr. 18, 81667 München  
U4/U5, Tram 15/25/19 Haltestelle Max-Weber-Platz  
Frei



**14.00 – 16.30**

## **Lebensfragen**

Literaturnachmittag mit Lesungen aus Werken von Raimund Fellner und Günter Neupel.

**Veranstalter**  
**Ort**

Soziale Dienste Psychiatrie  
Tagesstätte „Werkstattcafé“,  
Hermann-Lingg-Str. 12, 80336 München  
Tram 19 Haltestelle Hermann-Lingg-Str.

**Anfahrt**  
**Eintritt**

Frei



**14.00 – 18.00**

## **Cinderella e.V. – Beratungsstelle für Essstörungen**

Tag der offenen Tür: Heute haben Sie die Möglichkeit unsere Räumlichkeiten zu besichtigen und sich über unser Beratungs- und Gruppenangebot zu informieren.

**Veranstalter**  
**Ort**

„Cinderella e.V.“ – Beratungsstelle für Essstörungen  
Westendstr. 35, 80339 München

**Anfahrt**  
**Eintritt**

S-Bahn Haltestelle Hackerbrücke, Tram 18/19 Haltestelle  
Holzapfelstr., U-Bahn Haltestelle Theresienwiese  
Frei

<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>14.30 – 16.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b></p> <p><b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Selbstbehauptung für ältere Frauen</b></p> <p>Informieren Sie sich über Ihre Möglichkeiten, sich im Alter vor Übergriffen zu schützen und sicher durch den Alltag zu bewegen.</p> <p>Alten- und Service-Zentrum Schwabing-Ost, Frauennotruf München ASZ Schwabing-Ost, Siegesstr. 31, 80802 München U 3/6, Tram 23, Bus 53/54 Haltestelle Münchner Freiheit Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>14.30 – 16.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Stabil mobil im Alltag</b></p> <p>Koordinations- und Bewegungstraining für psychisch belastete ältere Menschen.</p> <p>Gerontopsychiatrischer Dienst München West, ASZ Moosach Tel.: 089-14002833 Gubestr. 5, 80992 München Tram 20 Haltestelle Hugo-Troendle-Str., Bus 50 und 51 Haltestelle Pelkovenstr., S1 Haltestelle Moosach Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>15.00 – 16.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Balance – Gegen Depressionen und für mehr Lebensfreude im Alter</b></p> <p>Informationen und inhaltliche und organisatorische Hinweise zum Balance-Trainingsprogramm.</p> <p>Alten- und Service-Zentrum Neuhausen Tel.: 089-13998283 ASZ Neuhausen, Nymphenburgerstr. 171, 80634 München U1 Haltestelle Rotkreuzplatz, Tram 12 Haltestelle Volkartstr. Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>15.00 – 17.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Vergesslichkeit im Alter, wie viel ist (noch) normal?</b></p> <p>Informationen über Untersuchungsmöglichkeiten und Früherkennung von Demenzen sowie die Abgrenzung zu anderen Erkrankungen.</p> <p>Alten- und Service-Zentrum Aubing Tel.: 089-8646681-0 ASZ Aubing, Am Aubinger Wasserturm 30, 81249 München Bus 161 Haltestelle Limesstr., Bus 57 Haltestelle Kunreuthstr. Frei</p>



**16.00 – 17.30**

## **Angststörungen**

Das Behandlungsteam stellt das Gruppentherapiekonzept der Tagklinik Westend für Angststörungen vor.

**Veranstalter**

Tagklinik Westend

**Ort**

Westendstr. 193, 80686 München

**Anfahrt**

U4/U5 Haltestelle Westendstr.

**Eintritt**

Frei



**16.00 – 18.00**

## **Kinder- und Jugendpsychotherapie**

Im Dialog mit dem Säugling – interaktiver Kurs für alle Interessierten.

**Veranstalter**

Kinder- und Jugendpsychotherapie rechts der Isar

**Ort**

Bau 603, 3. Stockwerk

Biedersteinerstr. 29, 80802 München

**Anfahrt**

U6 Haltestelle Dietlindenstr.,

U3/U6 Haltestelle Münchner Freiheit

**Eintritt**

Frei



**17.00 – 19.00**

## **Ratgeber Gesundheit**

Psychische Krisen – vorbeugen, erkennen, handeln.

Alten- und Service-Zentrum Riem

Tel.: 089-41424396-0

**Veranstalter**

**Anmeldung**

**Ort**

ASZ Riem, Platz der Menschenrechte 10, 81829 München

**Anfahrt**

U2, Bus 139, 189, 190, 263, 264

Haltestelle Messestadt-West

**Eintritt**

2,- €



**17.00 – 19.00**

## **Raum für mich – Psychohygiene für pflegende Angehörige**

Wie kann ich in der Pflege eines Menschen mit Demenzerkrankung mich selbst nicht aus den Augen verlieren?

Alzheimer Gesellschaft München e.V.

ASZ Untergiesing, Kolombusstr. 33, 81543 München

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**

U1/U2 Haltestelle Kolombusplatz,

Bus 52 Haltestelle Edlinger-Platz

**Eintritt**

Frei





# Mo 11. Oktober



**17.00 – 20.30**

## **Depression**

**Veranstalter**

**Ort  
Anfahrt**

**Eintritt**

Vortrag im Frauencafe Donna Mobile für die bosnisch-serbokroatische und russisch sprachige Gesprächsgruppe. Donna Mobile – Prävention, Gesundheitsförderung und Qualifizierung für Migrantinnen  
Holzapfelstr. 3, 80339 München  
S-Bahn Hackerbrücke,  
Tram 18/19 Haltestelle Holzapfelstr.  
Frei



**17.00 – 22.00**

## **„Wie soll ich das verkraften“?**

**Veranstalter**

**Ort  
Anfahrt  
Eintritt**

Hilfen zur Lebensgestaltung nach traumatischen Erfahrungen. Informationen, Fachvortrag, Übungen, Austausch, Gespräche – und ein Live-Konzert mit Harald Rüschenbaum + COSMODROM!  
Trauma Hilfe Zentrum München e.V.  
Horemansstr. 8, Rückgebäude im Innenhof, 80636 München  
U1 Haltestellen Rotkreuzplatz oder Maillingerstr.  
Frei



STIFTUNG  
**DEUTSCHE  
DEPRESSIONS  
HILFE**

**Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben**

Helfen Sie mit!  
[www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de)





**18.00 – 19.00**

## **Betreuung bei Zahnarztangst**

Informationen über Behandlungsmethoden bei Zahnarztangst.

**Veranstalter**

Zahnarztpraxis Dr. med. dent. Brigitte Stadtkus-Weigl

**Anmeldung**

Tel.: 089-1496437 oder Email: info@zahnarztthypnose.de

**Ort**

Eversbuschstrasse 3, 80999 München

**Anfahrt**

S2 Haltestelle Allacher Bahnhof,

Bus 165 Richtung Westfriedhof

**Eintritt**

Frei



**18.00 – 19.30**

## **Wenn die Seele den Körper krank werden lässt**

Der Körper schmerzt, aber es kann keine Ursache gefunden werden. Welchen Einfluss hat die Psyche?

**Veranstalter**

münchner frauenforum

**Anmeldung**

Tel.: 089-293968

**Ort**

Rumfordstr. 25, 80469 München

**Anfahrt**

S-Bahn Haltestelle Isartor,

Tram 17 und 18 Haltestelle Reichenbachplatz

**Eintritt**

4,- €



**18.00 – 21.00**

## **Filmvorführung „Himmel und mehr – Dorothea Buck auf der Spur“**

Ein Film über eine mutige Frau, die an Psychose erkrankt war. Im Anschluss Podiumsdiskussion mit der Regisseurin, Betroffenen und Psychiatrie-Profis.

**Veranstalter**

Münchner Psychose-Seminar und BASTA – Das Bündnis für psychisch erkrankte Menschen

**Anmeldung**

Tel.: 089-521683

**Ort**

Kino „Neues Rottmann“, Rottmannstr. 15, 80333 München

**Anfahrt**

U1, Tram 20/21 Haltestelle Stiglmaierplatz

**Eintritt**

7,- €, 6,50 €, ermäßigt 1,- €



**18.30 – 20.00**

## **Salutogenese – Was erhält Menschen gesund?**

Gesundheit verbessern, Wohlbefinden steigern und die Belastungen des Alltags meistern!

**Veranstalter**

Programm für seelische Gesundheit am

Klinikum rechts der Isar

**Ort**

Nigerstr. 3, 81675 München

**Anfahrt**

U4, Bus 54, 100 Haltestelle Prinzregentenplatz

**Eintritt**

Frei

<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>18.30 – 20.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Psychisch Kranke beißen nicht!</b> Abend der offenen Tür HIPSY – Hilfe für psychisch Kranke e.V. Elsässerstr. 33, 81667 München S-Bahn, U5 Haltestelle Ostbahnhof Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>19.00 – 21.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>ADS/ADHS vorbeugen und wirksam behandeln</b> Was können Eltern tun, um einer Aufmerksamkeitsstörung Ihres Kindes optimal vorzubeugen? Gibt es wirksame Alternativen zu Ritalin? AD(H)S-Hilfe München Tel.: 089-38539820 In den Räumen der AIDS-Hilfe, Lindwurmstr. 71, 80337 München U3/U6 Haltestelle Goetheplatz 14,- €</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>20.00 – 22.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Deine, meine, unsere Kinder</b> Über-Leben in einer Patchwork-Familie. Vortrag und Gespräch. pro familia Türkenstr. 103/I, 80799 München Tram 27 Haltestelle Nordendstr., U3/U6 Haltestelle Universität Frei</p>



## FTZ-Frauentherapiezentrum 2, Suchtberatung

Für Frauen mit Alkohol- und Medikamentenproblemen und Essstörungen. Beratung und ambulante medizinische Rehabilitation (Einzel- und Gruppentherapie)

Kontakt: Dr. Claudia Sußmann, Tel.: 089 / 74 73 70 71  
claudia.sussmann@ftz-muenchen.de, www.ftz-muenchen.de



INFORMIEREN

I

MITMACHEN

M

ERLEBEN

E

FEIERN

F

**Di**

06. 07. 08. 09. 10. 11. **12.** 13. 14. **Oktober**

I

7.30 – 9.00

M

## Yoga in der Früh

Harmonie für Körper, Geist und Seele. Kommen Sie zu einer kostenlosen Schnupperstunde bei Frau Menz!

E

Veranstalter

Alten- und Service-Zentrum Untergiesing

F

Ort

ASZ Untergiesing, Kolombusstr. 33, 81543 München



Anfahrt

U1/U2, Bus 52/58 Haltestelle Kolombusplatz

Eintritt

Frei

I

10.00 – 11.30

M

## Alexander-Technik: Innere und äußere Balance

Einführungsworkshop mit praktischen Übungen in die Alexander-Technik, die zu den Körpertherapiemethoden gezählt wird.

E

Veranstalter

Alten- und Service-Zentrum Schwabing-Ost

F

Anmeldung

Tel.: 089-3088189

Ort

ASZ Schwabing-Ost, Siegesstrasse 31, 80802 München



Anfahrt

U3/U6 Haltestelle Münchner Freiheit

Eintritt

6,- €

I

10.00 – 12.00

M

## Der psychologische Dienst für Ausländer stellt sich vor.

Tag der offenen Tür

E

Veranstalter

Caritaszentrum Innenstadt,

F

Ort

Psychologischer Dienst für Ausländer

Anfahrt

Landwehrstr. 26, 5. Stock, 80336 München

S-Bahn Haltestelle Hauptbahnhof oder Karlsplatz/Stachus,

U-Bahn Haltestelle Sendlinger Tor

Eintritt

Frei

I

10.00 – 17.00

M

## Gerontopsychiatrischer Dienst München Süd

Informationen über psychiatrische Erkrankungen im Alter und das Angebot der Beratungsstelle.

E

Veranstalter

Gerontopsychiatrischer Dienst München Süd

F

Ort

Hansastr. 134, 4. Stock, 81373 München



Anfahrt

U-Bahn Haltestelle Harras, Bus 134 Haltestelle Ortlerstr.

Eintritt

Frei



**10.00 – 17.00**

## **Gedächtnismobil**

Testen Sie Ihre Gedächtnisleistungen kostenfrei und unverbindlich im Gedächtnismobil des Instituts für Schlaganfall- und Demenzforschung (ISD).

**Veranstalter**

Institut für Schlaganfall- und Demenzforschung in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft München e.V Stachus, 80335 München

**Ort**

**Anfahrt**

S/U-Bahn, Tram Haltestelle Karlsplatz/ Stachus

**Eintritt**

Frei



**10.00 – 18.00**

## **Gesundheitstag**

Gesundheit für Körper und Seele.  
Vorträge und praktische Übungen.

**Veranstalter**

Donna Mobile

**Ort**

ASZ Westend, Tulbeckstr. 31, 80339 München

**Anfahrt**

U4/U5 Haltestelle Schwanthalerhöhe,

Tram 18/19 Haltestelle Schrenkstr.

**Eintritt**

Frei



**10.30 – 12.30**

## **Balance – für mehr Lebensfreude im Alter**

Niedergeschlagenheit, Freudlosigkeit, Sinnlosigkeit? Lernen Sie Ihr psychisches und physisches Gleichgewicht zu finden. Kostenlose Schnupperstunde.

**Veranstalter**

Alten- und Service-Zentrum Isarvorstadt

**Anmeldung**

Tel.: 089-23239884-0 oder

**Ort**

Email: [asz-isarvorstadt@caritasmuenchen.de](mailto:asz-isarvorstadt@caritasmuenchen.de)

**Anfahrt**

ASZ Isarvorstadt, Hans-Sachs-Str. 14, 80469 München

U3/U6 Haltestelle Sendlinger Tor,

U1/U2 Haltestelle Fraunhofer Str.

**Eintritt**

Frei



**13.00 – 16.00**

## **15 Jahre Tagesstätte „EigenSinn“**

Feiern Sie mit uns! Es gibt kleine Leckereien und die Möglichkeit zur Besichtigung der Räume EigenSinn.

**Veranstalter**

Frauentherapiezentrum – FTZ gGmbH

**Ort**

Blutenburgstr. 19, 80636 München

**Anfahrt**

U1 Haltestelle Mailingstr.

**Eintritt**

Frei



## DAS TEAM AUS SPEZIALISTEN: KLINIKUM MÜNCHEN-OST

### Klinikum für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Neurologie

Als eines der größten Fachkrankenhäuser für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Neurologie sichern wir die psychiatrische Vollversorgung für über 2 Millionen Menschen in der Stadt München sowie für die Landkreise München, Fürstenfeldbruck und Dachau. Zusätzlich zu unseren allgemeinpsychiatrischen Abteilungen, Gerontopsychiatrie und Sucht, bieten wir spezielle Stationen zur Krisenintervention, zur Behandlung von Depressionen, Traumata, Doppeldiagnosen, Frühstörungen von jungen und älteren Menschen und von psychiatrischen Erkrankungen bei geistig Behinderten. Seit 2003 verfügen wir über die bayernweit einzige Soteria-Station. Speziell für Mütter bieten wir zwei Mutter-Kind-Stationen.

### Gerne informieren wir Sie ausführlich:

Isar-Amper-Klinikum  
gemeinnützige GmbH  
Klinikum München-Ost  
Vockestraße 72  
85540 Haar

Tel: 089-4562-0  
Fax: 089-4562-2960  
E-Mail: [kontakt@iak-kmo.de](mailto:kontakt@iak-kmo.de)  
[www.iak-kmo.de](http://www.iak-kmo.de)

Das Klinikum München-Ost ist zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008



Kliniken des Bezirks Oberbayern  
Kommunalunternehmen

*Lauf für psychische Gesundheit*  
**6. HAARATHON**  
26. Sept. '10 · Klinikum München-Ost  
Vockestraße 72 · 85540 Haar

Isar-Amper-Klinikum  
gemeinnützige GmbH  
**Klinikum München-Ost**



10<sup>00</sup> Uhr Halbmarathon  
10<sup>15</sup> Uhr 10,25-km-Lauf  
10<sup>30</sup> Uhr 3-km-Schnupperlauf

Mehr Informationen unter  
[www.iak-kmo.de/haarathon](http://www.iak-kmo.de/haarathon)  
Tel. 089-4562-2317  
E-Mail: [GF-Vorzimmer@iak-kmo.de](mailto:GF-Vorzimmer@iak-kmo.de)



**14.00 – 15.30**

## **Depressionen im Alter**

Vortrag über Depressionen im Alter:  
Entstehung, Symptome und Behandlungsmöglichkeiten.  
Alten- und Service-Zentrum Obergiesing  
ASZ Obergiesing, Wieskirchstr. 1, 81539 München  
U2/S3/S7/Tram 27 Haltestelle Giesing  
Frei

**Veranstalter**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**



**14.00 – 16.00**

## **Depression im Alter**

Symptome und Krankheitsverlauf.  
Alten- und Service-Zentrum Harlaching  
ASZ Harlaching Rotbuchenstr. 32, 81547 München  
Tel.: 089-6990660  
U1 Haltestelle St.-Quirin-Platz,  
Bus 139 Haltestelle Mangfallplatz  
2,50 €

**Veranstalter**  
**Ort**  
**Anmeldung**  
**Anfahrt**

**Eintritt**



**14.00 – 16.30**

## **Für mehr Lebensfreude im Alter**

Aktiv gegen Depressionen und bis ins hohe Alter lernfähig.  
Alten- und Service-Zentrum Allach-Untermenzing  
Tel.: 089-17119690  
ASZ Allach-Untermenzing, Manzostr. 105, 80997 München  
S2 Haltestelle Untermenzing, Bus 162 Haltestelle Manzostr.  
Frei

**Veranstalter**  
**Anmeldung**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**



**14.00 – 17.00**

## **Lebensfreude im Alter**

Frau Semra Altinisik, Gerontologin im Krankenhaus Neuperlach, zeigt Wege auf, wie seelische und körperliche Krisen im Alter bewältigt werden können.  
Alten- und Service-Zentrum Ramersdorf  
ASZ Ramersdorf, Rupertigastr. 61a, 81671 München  
U2/U5 Haltestelle Innsbrucker Ring  
Frei

**Veranstalter**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**





 <p><b>14.30 – 16.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> 	<p><b>Vortrag zum Krankheitsbild Depression</b></p> <p>Das Thema Depression wird im Rahmen einer Einführung für Betroffene und Angehörige im Alten- und Service-Zentrum Solln-Forstenried vorgestellt.</p> <p>Alten- und Service-Zentrum Solln-Forstenried Tel.: 089-75075470</p> <p>ASZ Solln-Forstenried, Herterichstrasse 58, 81479 München S7 Haltestelle Solln, Bus 134 Haltestelle Bleibtreststr., Bus 133 Haltestelle Plattlingerstr.</p> <p>2,50 €</p>
 <p><b>15.00 – 16.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> 	<p><b>7 Anregungen für die seelische Gesundheit</b></p> <p>Vortrag mit praktischen Tipps zur Selbsthilfe um die seelische Gesundheit präventiv und positiv im Alltag zu beeinflussen.</p> <p>Alten- und Service-Zentrum Neuhausen Bitte bis 08.10. unter Tel.: 089-139982</p> <p>ASZ Neuhausen, Nymphenburgerstr. 171, 80634 München U1 Haltestelle Rotkreuzplatz, Tram 12 Haltestelle Volkartstr.</p> <p>5,- €</p>
 <p><b>15.00 – 17.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Der Krisendienst Psychiatrie München stellt sich vor</b></p> <p>Was macht der Krisendienst, wo geht er hin?</p> <p>Krisendienst Psychiatrie München Im Krisenzentrum Atriumhaus Bavariastr. 11, 80336 München U3/U6 Haltestelle Poccistr.</p> <p>Frei</p>
 <p><b>15.00 – 18.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> 	<p><b>Angebote der Münchner Sozialpsychiatrischen Dienste</b></p> <p>Verschiedene Münchner Sozialpsychiatrische Dienste stellen ihre Angebote und Projekte für die Zukunft vor.</p> <p>Dr. Heinrich Berger, Sozialpsychiatrischer Dienst München-Giesing gGmbH des Projektvereins, Gravelottestr. 6, 81667 München S/U-Bahn Haltestelle Ostbahnhof</p> <p>Frei</p>



**15.30 – 18.30**

## **Alltagsrassismus – rassistische Diskriminierung**

Vorträge und Podiumsdiskussion zu den Auswirkungen von Alltagsrassismus auf die psychische und körperliche Gesundheit.

**Veranstalter**

AMIGRA in Kooperation mit dem Referat für Gesundheit und Umwelt der LH München und ABZE e.V., Afrikanisches Begegnungszentrum München

**Ort**

Referat für Gesundheit und Umwelt, Konferenzraum 1009, Bayerstr. 28 a, 80335 München

**Anfahrt**

S-Bahn Haltestelle Hackerbrücke, Tram 19 Hermann-Lingg-Str.

**Eintritt**

Frei



**16.00 – 17.30**

## **Anorexie- und Bulimie**

Das Behandlungsteam stellt das Gruppentherapiekonzept der Tagklinik Westend für Anorexie-/Bulimie vor.

**Veranstalter**

Tagklinik Westend

**Ort**

Westendstr. 193, 80686 München

**Anfahrt**

U4/U5 Haltestelle Westendstr.

**Eintritt**

Frei



**16.00 – 18.00**

## **Ergotherapie in Aktion**

Was macht die Ergotherapie im psychiatrischen Bereich? Hier erleben sie zwei Methoden aus unserem vielfältigen Angebot.

**Veranstalter**

FrauenTherapieZentrum-FTZ gGmbH,

Praxis für Ergotherapie

**Ort**

Blutenburgstrasse 19, 80636 München

**Anfahrt**

U1 Haltestelle Mailingerstrasse

**Eintritt**

Frei



**16.00 – 19.00**

## **Die Tagesstätte für psychische Gesundheit stellt sich vor**

Es besteht die Möglichkeit mit Mitarbeitern und Besuchern der Tagesstätte ins Gespräch zu kommen und die Angebote der Tagesstätte kennenzulernen.

**Veranstalter**

Caritas Tagesstätte für psychische Gesundheit

**Ort**

Andreas-Vöst-Str. 3, 81377 München

**Anfahrt**

Bus 51 Haltestelle Andreas-Vöst-Str.

**Eintritt**

Frei

<div data-bbox="98 185 132 336">  </div> <p data-bbox="194 193 356 220"><b>16.00 – 19.00</b></p> <p data-bbox="217 312 356 365"><b>Veranstalter Ort</b></p> <p data-bbox="269 400 356 453"><b>Anfahrt Eintritt</b></p>	<p data-bbox="385 193 1001 220"><b>Münchner Psychiatrie-Erfahrene e.V.: Offene Tür</b></p> <p data-bbox="385 225 1023 309">Gelegenheit zum Gespräch mit Psychiatrie-Erfahrenen und Information über unsere Selbsthilfe-Angebote und Möglichkeiten der aktiven Beteiligung.</p> <p data-bbox="385 314 889 399">Münchner Psychiatrie-Erfahrene (MüPE) e.V. Thalkirchner Str. 10, 1. Stock, 80337 München, Eingang in der Fliegenstr.</p> <p data-bbox="385 403 815 456">U-Bahn, Tram Haltestelle Sendlinger Tor Frei</p>
<div data-bbox="98 515 132 667">  </div> <p data-bbox="194 523 356 550"><b>17.00 – 19.00</b></p> <p data-bbox="217 643 356 695"><b>Veranstalter Ort</b></p> <p data-bbox="269 730 356 783"><b>Anfahrt Eintritt</b></p>	<p data-bbox="385 523 1028 550"><b>Antistigmagruppe BASTA – was tun die eigentlich?</b></p> <p data-bbox="385 555 975 635">Vorstellung der verschiedene Projekte über psychische Erkrankungen. Im Anschluss berichten Betroffene, Angehörige und Profis über ihre Arbeit.</p> <p data-bbox="385 639 997 783">BASTA – das Bündnis für psychisch erkrankte Menschen Lern- und Trainingszentrum (LUTZ) TUM, Vortragsraum 1. Stock, Nigerstr. 3, 81675 München U4, Bus 54 und 100 Haltestelle Prinzregentenplatz Frei</p>
<div data-bbox="98 842 132 994">  </div> <p data-bbox="194 850 356 877"><b>17.00 – 19.00</b></p> <p data-bbox="217 1023 356 1075"><b>Veranstalter Ort</b></p> <p data-bbox="269 1080 356 1133"><b>Anfahrt Eintritt</b></p>	<p data-bbox="385 850 938 903"><b>Vorstellung des NetzWerkes für psychische Gesundheit (Vincentro)</b></p> <p data-bbox="385 908 1023 1019">Das Team des NwpG möchte das innovative Versorgungskonzept der Integrierten Versorgung nach skandinavischem Vorbild vorstellen. Ausserdem besteht die Möglichkeit die „Rückzugsräume“ zu besichtigen.</p> <p data-bbox="385 1024 852 1136">AWOLYSIS Gravelottestr. 16, 4. Stock, 81667 München S/U-Bahn Haltestelle Ostbahnhof Frei</p>
<div data-bbox="98 1201 132 1353">  </div> <p data-bbox="194 1209 356 1236"><b>17.00 – 20.00</b></p> <p data-bbox="217 1286 356 1307"><b>Veranstalter</b></p> <p data-bbox="269 1347 356 1367"><b>Ort</b></p> <p data-bbox="269 1372 356 1393"><b>Anfahrt</b></p> <p data-bbox="269 1433 356 1453"><b>Eintritt</b></p> <div data-bbox="98 1417 132 1453">  </div>	<p data-bbox="385 1209 530 1236"><b>Depression</b></p> <p data-bbox="385 1241 997 1283">Vortrag im Frauencafe Donna Mobile für Frauen aus dem polnischsprachigen Kulturkreis.</p> <p data-bbox="385 1287 978 1453">Donna Mobile – Prävention, Gesundheitsförderung und Qualifizierung für Migrantinnen Holzapfelstr. 3, 80339 München Tram 18/19 Haltestelle Holzapfelstr., S-Bahn Haltestelle Hackerbrücke Frei</p>



**17.00 – 21.00**

## **Gesundheit durch Kunsttherapie – Kunsttherapieausbildung**

Die Freie Akademie München stellt ihre Aus-/Fortbildungsangebote dar, gibt im Vortrag Einblicke in die Wirkungsweisen ganzheitlicher Kunsttherapie auf anthroposophisch medizinischer Basis- und Kreativkurs.

**Veranstalter**

**Ort**

Freie Akademie München  
Freie Akademie München, Seeriederstr. 18,  
Rückgebäude, 81675 München-Haidhausen

**Anfahrt**

U4/U5, Tram Haltestelle Max-Weber-Platz

**Eintritt**

Frei



**17.30 – 20.30**

## **Erwerbsunsicherheit und Arbeitslosigkeit bei Akademikern? Ein Tabu!**

Podiumsdiskussion mit Vertretern aus Politik, Gesundheit, Wirtschaft, Wissenschaft: Lebensplanung eingebrochen, Volkswirtschaft geschädigt!

**Veranstalter**

**Ort**

Netzwerk erwerbssuchender Akademiker \*nea e.V.

Evangelische Stadtakademie,  
Herzog-Wilhelm-Strasse 24, 80331 München

**Anfahrt**

U-Bahn, Tram Haltestelle Sendlinger Tor

**Eintritt**

Frei



**19.00 – 20.30**

## **Meine Mutter braucht Hilfe – Informationsveranstaltung für Angehörige**

Informieren Sie sich, was Sie tun können, wenn Sie Ihre Mutter im Alter unterstützen wollen, weil es allein nicht mehr geht.

**Veranstalter**

Frauennotruf München – Beratungsstelle und  
Krisentelefon bei Gewalt

**Anmeldung**

**Ort**

Tel.: 089-56823064 oder Email: [ingrid.reich@frauennotruf.de](mailto:ingrid.reich@frauennotruf.de)

Frauennotruf, Fürstenrieder Str. 84,  
Eingang Camerloher Str., 80686 München

**Anfahrt**

U5, Bus 51 Haltestelle Laimer Platz

**Eintritt**

Frei

<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>19.00 – 20.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b></p> <p><b>Ort</b></p> <p><b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Neurofeedbacktraining</b></p> <p>Wir informieren Sie eingehend über die Entstehung und Wirkungsweise dieser Methode.</p> <p>Neurofeedbacktraining München Tel.: 089-38539820 oder Email: info@neurofeedbacktraining.org</p> <p>In den Räumen der AIDS-Hilfe, Lindwurmstr. 71, 80337 München U3/U6 Haltestelle Goetheplatz 7,- €</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>19.00 – 21.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b></p> <p><b>Ort</b> <b>Anfahrt</b></p> <p> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Filmtage zur Woche für Seelische Gesundheit</b></p> <p>Filmvorführung mit Diskussion: „ELLING“ – norwegischer Spielfilm.</p> <p>Sozialpsychiatrischer Dienst Stadtmitte und Referat für Gesundheit und Umwelt der LH München Beratungshaus, Paul-Heyse-Str. 20, 80336 München S/U-Bahn Haltestelle Hauptbahnhof oder Theresienwiese, Tram/Bus Haltestelle Holzkirchner Bahnhof Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>19.00 – 21.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b></p> <p><b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Wege in die Psychotherapie</b></p> <p>Zugang zur ambulanten und stationären Psychotherapie und zu Leistungen der Jugendhilfe. Vortrag mit anschließender Diskussion.</p> <p>Bayerische Landeskammer der Psychologischen Psychotherapeuten und der Kinder- und Jugendlichen-psychotherapeuten (PTK Bayern) Fax: 089-515555-245 oder Email: tagung@ptk-bayern.de St.-Paul-Str. 9, 80336 München U4/U5 Haltestelle Theresienwiese Frei</p>



## FTZ-Frauentherapiezentrum 1, Psychosoziale Beratung

Veranstaltungen im Herbst aus unserem Jahresprogramm 2010:

### **Wenn ich könnte, wie ich wollte..., Angst im Leben von Frauen**

15.10. Wenn uns die Angst den Atem nimmt - Panik und Agoraphobie, Vortrag

19.11. Wenn das Miteinander zur Qual wird - die soziale Phobie, Vortrag

26.11. Und ich habe gedacht, wir werden zusammen alt! Workshop

30.11. Klangschalen- Meditation, Workshop

Weitere Informationen unter: 089 / 74 73 70 17,

jenny.weirather@ftz-muenchen.de, www.ftz-muenchen.de



**19.00 – 21.00**

## **Mobbing – gesundheitliche Folgen und Behandlung aus ärztlicher Sicht**

Vortrag Dr.med. Peter Teuschel, Facharzt f. Psychiatrie u. Psychotherapie, Buchautor.

**Veranstalter**  
**Ort**

Mobbing Beratung München/Konsens e.V.  
Räume des KDA München,  
Schwanthaler Str. 91, 80336 München

**Anfahrt**  
**Eintritt**

U 4/5 Haltestelle Theresienwiese  
8,- €



**19.00 – 22.00**

## **TRIATON – Musik zum Mitsingen und Mitmachen**

Die Singgruppe TRIATON des Sozialpsychiatrischen Dienstes München-Giesing lädt (psychiatrie-erfahrene) Künstler und Freunde ein zum Musikabend!

**Veranstalter**

Dr. Heinrich Berger, Sozialpsychiatrischer Dienst  
München-Giesing

**Ort**

gGmbH des Projektevereins  
Gravelottestr. 6, 81667 München  
S /U-Bahn Haltestelle Ostbahnhof  
Frei

**Anfahrt**  
**Eintritt**



**20.30 – 23.00**

## **Kinofilm: „Suicide Club – Manchmal lebt man länger als man denkt“**

Bei Sonnenaufgang treffen sich fünf Menschen auf einem Hochhausdach, um gemeinsam in den Tod zu springen. Doch sie müssen ihren Plan verschieben.

**Veranstalter**  
**Ort**

Kinostar Kino Neues Rottmann  
Rottmannstr. 15, 80333 München

**Anfahrt**  
**Eintritt**

U1 Haltestelle Stiglmaierplatz  
7,- €, ermäßigt 6,- €



# Berufliches Trainingszentrum Rhein-Neckar gGmbH

Das Berufliche Trainingszentrum Rhein-Neckar gGmbH, Zweigstelle München ist ein Dienstleistungsunternehmen für die berufliche Rehabilitation gemäß § 35 SGB IX.

Mit individuellen Angeboten zur beruflichen Wiedereingliederung unterstützen wir Menschen mit psychischen Problemen durch:

- Berufliche Orientierung, Qualifizierung und Integration
- Psychosoziale Beratung

## **Berufliches Trainingszentrum Rhein-Neckar gGmbH**

Zweigstelle München  
Seidlstraße 30

80335 München

Fon 089 890487420

Fax 089 890487449

[info.muenchen@btz.srh.de](mailto:info.muenchen@btz.srh.de)

Ein Unternehmen der SRH





INFORMIEREN

I

MITMACHEN

M

ERLEBEN

E

FEIERN

F

**Mi**

06. 07. 08. 09. 10. 11. 12. **13.** 14. **Oktober**



I

**9.00 – 10.30**

M

## **Mittwochstreff**

Morgentreff für Menschen, die unter Stimmungsschwankungen leiden oder sich einsam fühlen.

E

**Veranstalter**

Alten- und Service-Zentrum Solln-Forstenried

F

**Anmeldung**

Tel.: 089-75075470

**Ort**

ASZ Solln-Forstenried, Herterichstr. 58, 81479 München

**Anfahrt**

S7 Haltestelle Solln, Bus 134 Haltestelle Bleibtreststr.,

Bus 133 Haltestelle Plattlingerstr.



**Eintritt**

1,- €

I

**9.30 – 11.30**

M

10 Termine

## **Feldenkrais-Gymnastik**

Durch Bewegungsübungen werden Harmonie und Wohlbefinden in Körper und Geist erreicht.

E

Ende: 08.12.

Start am 6.10. Kursende am 8.12.2010.

F

**Veranstalter**

Alten- und Service-Zentrum Milbertshofen

**Anmeldung**

Tel.: 089-356277330, Fax: 089-3562773333 oder

**Ort**

Email: asz-milbertshofen@awo-muenchen.de

**Anfahrt**

ASZ Milbertshofen, Schleißheimer Str. 378, 80809 München

U2 Haltestelle Frankfurter Ring,

Bus 50, 177, 178 Haltestelle Moosacher Str.



**Eintritt**

30,- €

I

**10.00 – 11.30**

M

sechs Vormittage

## **Tiefenentspannung**

Entspannungsgruppe. Leitung: Regina Drössel-Heyken.

E

Mittwoch 06./13./20./27. Okt., sowie 10. und 17. Nov 2010

F

**Veranstalter**

FTZ – Frauentherapiezentrum 1, Psychosoziale Beratung

**Anmeldung**

Tel.: 089-74737017, Email: jenny.weirather@ftz-muenchen.de

**Ort**

FTZ - Frauentherapiezentrum 1, Güllstr. 3, 80336 München

**Anfahrt**

U3/U6 Haltestelle Poccistr.

**Eintritt**

Frei

I

**10.00 – 11.30**

M

## **Psychosomatische Erkrankungen**

In dem Vortrag bekommen Sie viele Informationen über psychosomatische Erkrankungen und wie Sie sich präventiv davor schützen können.

E

**Veranstalter**

Projekt-Laden International Haidhausen in Kooperation mit Donna Mobile

**Ort**

Metzstr. 37, 81667 München

**Anfahrt**

S-Bahn Haltestelle Ostbahnhof, U4/U5 Haltestelle

Max-Weber-Platz, Tram 15/19/25 Haltestelle Wörthstr.

**Eintritt**

Frei

F



**10.00 – 16.00**

## **Mobile Krisenhilfe – mobile Information**

Wandernder Informationsstand des Krisendienstes Psychiatrie München.

**Veranstalter**

Krisendienst Psychiatrie München

**Ort**

S-Bahn-Stammstrecke zwischen Hauptbahnhof und Ostbahnhof (wechselnd) München

**Anfahrt**

S-Bahn Stammstrecke

**Eintritt**

Frei



**10.00 – 17.00**

## **Gedächtnismobil**

Testen Sie Ihre Gedächtnisleistungen kostenfrei und unverbindlich im Gedächtnismobil des Institus für Schlaganfall- und Demenzforschung (ISD).

**Veranstalter**

Institut für Schlaganfall- und Demenzforschung in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft München e.V.

**Ort**

Sendlinger Tor, 80336 München

**Anfahrt**

U-Bahn/Tram Haltestelle Sendlinger Tor

**Eintritt**

Frei



**12.00 – 14.00**

## **Ergotherapie**

Die Praxis für Ergotherapie von HIPSY e.V. stellt sich vor. Offene Praxis für Interessierte. Lernen Sie uns kennen!

**Veranstalter**

HIPSY – Praxis für Ergotherapie

**Ort**

HIPSY, Deisenhofener Str. 45, 81539 München

**Anfahrt**

U/S-Bahn Haltestelle Giesing oder Untersbergstr.,

**Eintritt**

Bus 54 Haltestelle Untersbergstr.

Frei



**13.00 – 16.00**

## **Die Tür ist offen**

Klienten und Mitarbeiter laden ein.

Freuen Sie sich auf die Kreativgruppe, auf Singen und auf informative Gespräche bei Kaffee und Kuchen.

**Veranstalter**

Diakonie Hasenberg, Gerontopsychiatrischer Dienst

**Ort**

München Nord

**Anfahrt**

Troppauer Str. 10, 3. Stock, 80937 München

**Eintritt**

U2, Bus 171, 294 Haltestelle Am Hart

Frei



<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>13.00 – 16.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Ins Gespräch kommen</b></p> <p>Vorstellung beruflicher Rehabilitation für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen; Wege in den allgemeinen Arbeitsmarkt.</p> <p>Berufliches Trainingszentrum Rhein-Neckar gGmbH Seidlstr. 30, 2. OG, 80335 München U1, Tram 20, 21 Haltestelle Stiglmaierplatz Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>13.30 – 15.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Sturzprävention</b></p> <p>Kommen Sie zu einer kostenlosen Schnupperstunde bei Frau Koberstein.</p> <p>Alten- und Service-Zentrum Untergiesing ASZ Untergiesing, Kolumbusstr. 33, 81543 München U1/U2, Bus 52/58 Haltestelle Kolumbusplatz Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>14.00 – 15.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Und alle Tage scheint die Sonne</b></p> <p>Die Veranstaltung vermittelt wie mit einfachen Techniken und Mitteln aus der Natur das Wohlbefinden erhöht werden kann.</p> <p>Alten- und Service-Zentrum Au Bitte bis 11.10. unter Tel.: 089-45874029 Balanstr. 28, 81669 München S-Bahn, Tram Haltestelle Rosenheimer Platz, Bus 152 Haltestelle Auerfeldstr. 1,50 €</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>14.00 – 15.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Tagklinik für Depressionen im Max-Planck-Institut für Psychiatrie</b></p> <p>Vorstellung des Therapiekonzeptes und Besichtigung der Klinik.</p> <p>Tagklinik für Depressionen des Max-Planck-Instituts für Psychiatrie Kraepelinstr. 6, Max-Planck-Institut für Psychiatrie, Tagklinik für Depressionen, 80804 München U2/U3 Haltestelle Scheidplatz Frei</p>



**14.00 – 15.30**

## **Wenn im Alter die Seele krank wird**

Wie gehe ich um mit Depressionen, Ängsten und anderen seelischen Erkrankungen? Kann ich sie vielleicht sogar verhindern?

**Veranstalter**

Gerontopsychiatrischer Dienst München West in Kooperation mit dem Alten- und Service-Zentrum Moosach

**Ort**

Gerontopsychiatrischer Dienst, Gubestr. 5, 80992 München

**Anfahrt**

S1 Haltestelle Moosach,

Tram 20 Haltestelle Hugo-Troendle-Str.

**Eintritt**

Frei



**14.00 – 16.00**

## **Spieltreff für Senioren**

Gelegenheit zum Kaffee trinken, sich unterhalten und spielen. Alten- und Service-Zentrum Perlach

**Veranstalter**

**Ort**

ASZ Perlach, Theodor-Heuss-Platz 5, 81737 München

**Anfahrt**

U5 Haltestelle Neuperlach Zentrum, Bus 197 Haltestelle

Schumacherring, Bus 139 Haltestelle Jakob-Kaiser-Straße

**Eintritt**

Frei



**14.00 – 18.00**

## **Integrative Behandlungskonzepte bei Depressionen**

Angebote in der Uniklinik für Psychiatrie und Psychotherapie. Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie,

**Veranstalter**

Ludwig-Maximilians-Universität München

**Ort**

Nussbaumstrasse 7, 80336 München

**Anfahrt**

U3/U6 Haltestelle Goetheplatz

U1/U2 Haltestelle Sendlinger Tor

**Eintritt**

Frei



**15.00 – 20.00**

## **Tag der offenen Tür beim Sozialpsychiatrischen Dienst der Caritas Dachau**

Der Sozialpsychiatrische Dienst stellt sich vor und informiert über psychische Erkrankungen sowie über Möglichkeiten der Krankheitsbewältigung.

**Veranstalter**

Sozialpsychiatrischer Dienst der Caritas Dachau

**Ort**

Caritaszentrum Dachau, Landsberger Str. 11, 85221 Dachau

**Anfahrt**

S2 Haltestelle Dachau

**Eintritt**

Frei



I

**14.30 – 15.30**

M

## **Atmen – Lebenskraft entfalten**

Atmen, um zu geistigem und seelischem Wohlbefinden, innerem Rhythmus, Gesundheit und Kraft zu gelangen. Kostenlose Schnupperstunde.

E

**Veranstalter  
Anmeldung**

Alten- und Service-Zentrum Isarvorstadt

Tel.: 089-23239884-0 oder

Email: [asz-isarvorstadt@caritasmuenchen.de](mailto:asz-isarvorstadt@caritasmuenchen.de)

F

**Ort  
Anfahrt**

ASZ Isarvorstadt, Hans-Sachs-Str. 14, 80469 München

U3/U6 Haltestelle Sendlinger Tor,

U1/U2 Haltestelle Fraunhoferstr.



**Eintritt**

Frei

I

**14.30 – 15.30**

M

## **Geistige und körperliche Fitness im Alter**

Vortrag mit Übungen von Frau Ursula Jechart.

E

**Veranstalter  
Anmeldung**

Alten- und Service-Zentrum Laim

Tel.: 089-575014, Fax: 089-575015 oder

Email: [asz-laim@awo-muenchen.de](mailto:asz-laim@awo-muenchen.de)

F

**Ort  
Anfahrt**

ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686 München-Laim

U5 Haltestelle Friedenheimerstr.,

Tram 18 Haltestelle Siglstr.



**Eintritt**

Frei

I

**14.30 – 16.00**

M

## **Lebensweisungen der Hildegard von Bingen für unseren Alltag**

In ihren Schriften und Lehren finden wir Hinweise, auch heute noch gültig, zu einer gesunden Lebensführung; Körper-Seele-Geist stärken.

E

**Veranstalter  
Anmeldung**

Alten- und Service-Zentrum Kleinhadern-Blumenau

Tel.: 089-5803476

F

**Ort  
Anfahrt**

ASZ Kleinhadern-Blumenau,

Alpenveilchenstr. 42, 80689 München

U5 Haltestelle Laimer Platz, S-Bahn Haltestelle Laim anschl.

Bus 168 Haltestelle Hönigschmidplatz, Tram 18 Haltestelle

Gondrellplatz



**Eintritt**

2,- €



**14.30 – 16.00**

## **Seelische Krankheiten im Alter**

Informationen über die verschiedenen Krankheiten und ein Überblick über Hilfsmöglichkeiten.

**Veranstalter**

Gerontopsychiatrischer Dienst München Süd und Alten- und Service-Zentrum Westpark

**Ort**

ASZ Westpark, Badgasteiner Str. 5, 81373 München

**Anfahrt**

U6, Bus 54 Haltestelle Partnachplatz,  
Bus 133 Haltestelle Hinterbärenbadstr.

**Eintritt**

Frei



**14.30 – 17.00**

## **Bewegung für mehr Wohlbefinden**

Nehmen Sie sich Zeit für sich selbst und erleben Sie das angenehme Gefühl der gemeinsamen Aktivität in einer Gruppe.

**Veranstalter**

Ambulante Altenhilfe, Paritätischer Wohlfahrtsverband

**Anmeldung**

Tel.: 089-2420778-208

**Ort**

Der PARITÄTISCHE – Ambulante Altenhilfe

**Anfahrt**

Angererstr. 38, 80796 München

U2/U3 Haltestelle Hohenzollernplatz oder Scheidplatz,

Tram 12 Haltestelle Karl-Theodor-Str.

**Eintritt**

Frei



**15.00 – 16.30**

## **Wenn der Mensch neben dir depressiv ist**

Möglichkeiten und Grenzen der Hilfe für Angehörige und Interessierte.

**Veranstalter**

Alten- und Service-Zentrum Fürstenried

**Ort**

Alten- und Service-Zentrum Fürstenried,

Züricher Str. 80 81476 München

**Anfahrt**

U3, Bus 132, 133 Haltestelle Forstenrieder Allee

**Eintritt**

2,- €



**15.00 – 16.30**

## **Café Lichtblick im ASZ-Pasing**

Schnupperstunde zum gemeinsamen Kaffeegespräch in unserer fortlaufenden Gruppe für psychisch belastete, depressive und/oder einsame Menschen.

**Veranstalter**

Alten- und Service-Zentrum Pasing und

Gerontopsychiatrischer Dienst München West

**Anmeldung**

Bitte bis 12.10. unter Tel.: 089-8299770

**Ort**

ASZ Pasing, Bäckerstr. 14, 81241 München

**Anfahrt**

S-Bahn Haltestelle Pasing Bahnhof, Bus Haltestelle Pasing

**Eintritt**

Frei



<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>15.00 – 17.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Szenen Wechsel</b> Aufführung der intergenerativen Laientheatergruppe „SzenenWechsel“.</p> <p>Alten- und Service-Zentrum Schwabing-Ost bitte bis 5.10. unter Tel.: 089-3088189 ASZ Schwabing-Ost, Siegesstrasse 31, 80802 München U3/U6 Haltestelle Münchner Freiheit Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>16.00 – 17.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Zwangsstörungen und Kaufsucht</b> Das Behandlungsteam stellt das Gruppentherapiekonzept der Tagklinik Westend für Zwangsstörungen und Kaufsucht vor.</p> <p>Tagklinik Westend Westendstr. 193, 80686 München U4/U5 Haltestelle Westendstr. Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>16.00 – 18.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Kinder- und Jugendpsychotherapie</b> Vorstellung der Tagesklinik für Kinder im Alter von 2-5 Jahren. Interaktive Fallvorstellung zur Behandlung eines 4-jährigen Jungen.</p> <p>Kinder- und Jugendpsychotherapie am Biederstein Möhlstr. 30, 81675 München U4/U5 Bahn Haltestelle Max-Weber Platz, Tram 18 Haltestelle Hohlbeinstr. Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>16.00 – 18.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Depression im Alter</b> Vier Kurzvorträge zum Thema Depression im Alter und Möglichkeiten der Therapie.</p> <p>Praxis für Psychotherapie Dr. Sophia Poulaki, Hippocampus Gerontologische Praxis München Tel.: 089-52055903 bis 12.10. Augustenstr. 79, Rückgebäude, 80333 München U2 Haltestelle Theresienstr. Frei</p>



**16.00 – 19.00**

## **Gerontologische Praxis „Hippocampus“**

Das Team der gerontologischen Praxis stellt sich vor und berichtet über die Angebote der Praxis.

**Veranstalter**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

Hippocampus Gerontologische Praxis München  
Augustenstr. 79, Rückgebäude, 80333 München  
U2 Haltestelle Theresienstr.  
Frei



**17.00 – 20.00**

## **Depression**

Vortrag im Frauencafe Donna Mobile für die türkisch- und spanischsprachige Gruppe.

**Veranstalter**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

Donna Mobile – Prävention, Gesundheitsförderung und Qualifizierung für Migrantinnen  
Holzapfelstr. 3, 80339 München  
S-Bahn Haltestelle Hackerbrücke,  
Tram 18/19 Haltestelle Holzapfelstr.  
Frei



**18.00 – 19.30**

## **Hatha Yoga für Frauen**

Wir üben Asanas (Körperhaltungen), die helfen, die weiblichen Hormone zu harmonisieren.

**Veranstalter**  
**Anmeldung**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

Barbara Blitz  
Tel. 01577-8235038 oder Email: [yoga@bayern-mail.de](mailto:yoga@bayern-mail.de)  
FrauenGesundheitsZentrum, Nymphenburger Str. 38,  
Rückgebäude/2. Stock, 80335 München  
U1 Haltestelle Stiglmaierplatz  
15,- €



**18.00 – 21.00**

## **Lust im Alter? – Beziehung und Sexualität**

Ein Abend für Singles oder Paare mit Gespräch und persönlichem Austausch, angeregt durch Ausschnitte aus dem Film „Wolke 9“

**Veranstalter**  
**Anmeldung**  
**Ort**  
**Anfahrt**  
**Eintritt**

pro familia Ortsverband München e.V.  
Tel.: 089-330084-0  
Türkenstr. 103/I, 80799 München  
U3/U6 Haltestelle Universität,  
Tram 27 Haltestelle Nordendstr.  
Frei



I

19.00 – 20.30

M

E

F

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**



## Wenn die eigenen Eltern älter werden

Gesprächsabend. Leitung: Jürgen Art, Evang. Telefonseelsorge München, Pfarrer, Supervisor. Evang. Telefonseelsorge im ebz München Landwehrstr. 15, Rückgebäude/2. Stock, 80336 München U/S-Bahn Sendlinger Tor oder Hauptbahnhof Frei

I

19.30 – 20.30

M

E

F

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**



## Wege im Psycho-Dschungel

Depression und Angst: Erkennen und Handeln. Gesprächsrunde mit ÄrztInnen u. PsychotherapeutInnen aus München. Ärztlicher Kreis- und Bezirksverband München und Kassenärztliche Vereinigung Bayerns Seidlvilla (Raum Gorbach), Nikolaiplatz 1b, 80802 München U3/U6 Haltestelle Giselastr. oder Münchner Freiheit Frei

## Wir verhindern seit 5 Jahren erfolgreich Rückfälle

Lernen Sie uns kennen und besuchen Sie unsere Workshops:

- **Stressbewältigung - Wege zu psychischer Gesundheit**  
07.10., 18:30 Uhr, Niggerstr. 3, Eintritt frei
- **Salutogenese - Was erhält Menschen gesund?**  
11.10., 18:30 Uhr, Niggerstr. 3, Eintritt frei



Das Programm für seelische Gesundheit ist ein ambulantes Angebot für Patienten mit der Diagnose Psychose, Depression, bipolare oder substanzinduzierte Schizophrenie im Rahmen der integrierten Versorgung. In abgestimmter Zusammenarbeit erwartet Sie ein freundliches Team aus Ärzten, Sozialpädagogen und weiteren Therapeuten.

Das Programm ist eine Kooperation von niedergelassenen Psychiatern, dem Betriebskrankenhaus und dem Centrum für Deemenagement am Klinikum rechts der Isar.

Rufen Sie uns an unter Tel. 89 4140-3740. Wir besetzen Sie gerne! Programm für seelische Gesundheit, Trogerstr. 21, 81675 München

**Programm für seelische  
Gesundheit**





**19.00 – 21.00**

## **Wie gebe ich der Seele Gesundheit?**

Viktor Philippi, der Begründer der Theomedizin®, erklärt sehr anschaulich die Zusammenhänge zwischen der eigenen Gesundheit, dem Denken und Handeln. Vortrag mit drei Heilmeditationen.

**Veranstalter** Forschungs- und Lehrakademie für Bioenergetik und Bioinformatik

**Anmeldung** Tel.: 089-75998863

**Ort** Hotel „Holiday Inn München-Süd“,

Kistlerhofstr. 142, 81379 München

**Anfahrt** U3 Haltestelle Machtlfingerstr. 2

**Eintritt** 20,- €



**19.30 – 20.30**

## **Wohin mit Ärger und Beschwerden in der Münchener Psychiatrie?**

Die Beschwerde- und Beratungsstelle KOMPASS stellt ihre Arbeit vor. „Wir wollen vermitteln, nicht anklagen – aber auch nicht beschwichtigen.“

**Veranstalter** Netzwerk Psychiatrie München e.V.

**Ort** Gesundheitsladen München,

Waltherstr. 16a, 80337 München

**Anfahrt** U3/U6 Haltestelle Goetheplatz

**Eintritt** Frei



**20.00 – 22.00**

## **Möglichkeiten und Grenzen der Selbsthilfe**

Die Selbsthilfegruppe „Bipolar München“ (manisch-depressive Störungen) stellt sich in lockerer Runde vor. Erfahrungsberichte von TeilnehmerInnen.

**Veranstalter** Bipolar München, Selbsthilfegruppe

**Anmeldung** Tel.: 089-90541535

**Ort** Selbsthilfezentrum München, Raum 6,

Westendstr. 68, 80339 München

**Anfahrt** Tram 18 /19 Haltestelle Schrenkstr.,

U4/U5 Haltestelle Schwanthalerhöhe

**Eintritt** Frei

## Keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit

Die bayerischen Psychologischen Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten unterstützen die 2. Münchner Woche für Seelische Gesundheit.

Wir setzen uns ein für

- Verbesserung der flächendeckenden Versorgung psychisch kranker Menschen im ambulanten und stationären Bereich
- Förderung der Prävention von psychischen Störungen
- Integration psychotherapeutischen Fachwissens bei der Behandlung körperlicher Erkrankungen
- Abbau und Verhinderung von Stigmatisierung und Diskriminierung der Betroffenen

Die PTK Bayern ist die gesetzliche Berufsvertretung der Psychologischen Psychotherapeuten und der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten in Bayern. Nach dem Heilberufe-Kammergesetz (HKaG) gehört es zu den wesentlichen Aufgaben der im Jahr 2002 gegründeten Kammer, die beruflichen Belange ihrer Mitglieder wahrzunehmen, die Erfüllung der psychotherapeutischen Berufspflichten zu überwachen, die psychotherapeutische Fortbildung zu fördern und in der öffentlichen Gesundheitspflege mitzuwirken.



### Wir sind für Sie da

**München, 10. Oktober 2010**

10.00 – 18.00 Uhr  
Messe in der  
Hochschule München

**München, 12. Oktober 2010**

19.00 – 21.30 Uhr  
Infoveranstaltung  
„Wege in die Psychotherapie“  
PTK Bayern, St.-Paul-Straße 9  
Anmeldung erforderlich

Bayerische Landeskammer der Psychologischen Psychotherapeuten und der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten  
St.-Paul-Straße 9 • 80336 München • Telefon 089 / 51 55 55-0 • Fax 089 / 51 55 55-25  
info@ptk-bayern.de • www.ptk-bayern.de



INFORMIEREN **I**

MITMACHEN **M**

ERLEBEN **E**

FEIERN **F**

**Do**

06. 07. 08. 09. 10. 11. 12. 13. **14. Oktober**

<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>9.00 – 16.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Aktionstag im Sozialbürgerhaus Pasing</b></p> <p>Das Sozialbürgerhaus Pasing veranstaltet einen Aktionstag mit Infoständen verschiedener Einrichtungen zum Thema seelische Gesundheit.</p> <p>Sozialbürgerhaus Pasing Landsberger Str. 486, 81241 München S-Bahn Haltestelle Pasing, Tram 19 Haltestelle Pasinger Marienplatz Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>9.30 – 18.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Tag der offenen Tür bei grün &amp; quer, Zuverdienstprojekt</b></p> <p>Floristikwerkstatt, Schauraum &amp; Lieferservice: Arbeitsmöglichkeiten für psychisch beeinträchtigte Meschen. Gesellschaft zur Förderung beruflicher und sozialer Integration (gfi) gemeinnützige GmbH gfi, Landwehrstr. 36, Floristikwerkstatt im 3. Stock links und Schauraum im EG links, 80336 München S/U-Bahn Haltestelle Hauptbahnhof oder Karlsplatz/Stachus Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>10.00 – 13.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Sicherheit und Selbstbehauptung für ältere Frauen</b></p> <p>Lernen Sie in diesem Schnupperkurs Ihre Möglichkeiten kennen, sich auch im Alter sicher durch den Alltag zu bewegen. Alten- und Service-Zentrum Schwabing-Ost und Frauennotruf München Email: aszschwabingost@gmx.de ASZ Schwabing-Ost, Siegesstr. 31, 80802 München U 3/6, Tram 23, Bus 53/54 Haltestelle Münchner Freiheit 5,- €</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>14.00 – 16.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Wenn der Mensch neben dir depressiv ist</b></p> <p>Möglichkeiten und Grenzen für Angehörige. Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen Tel.: 089-461334640 ASZ Bogenhausen, Rosenkavalierplatz 9, 81925 München U4, Bus Haltestelle Arabellapark 3,50 €</p>



**14.30 – 16.30**

## **Kriegs- und Nachkriegserfahrungen – ihr Einfluss heute**

Vortrag zum Thema: Wie beeinflussen Kriegs- und Nachkriegserfahrungen auch heute noch – Möglichkeiten der Verarbeitung.

**Veranstalter**

**Anmeldung**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

Alten- und Service-Zentrum Thalkirchen

Tel.: 089-74127790

ASZ Thalkirchen, Emil-Geis-Str. 35, 81379 München

U3 Haltestelle Thalkirchen (Tierpark)

4,- €



**15.00 – 16.30**

## **Wenn im Alter die Seele krank wird**

Ein Vortrag über den Umgang mit seelischen Erkrankungen und anschließendem Erfahrungsaustausch

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

Alten- und Service-Zentrum Obermenzing

Packenreiterstr. 48, 81247 München-Obermenzing

S2 Haltestelle Obermenzing

Frei



**15.00 – 18.00**

## **Gesprungene Seelen – Lesung im MAXIM Kino**

Lesung mit Autor Michael Siebel über seine individuellen Erfahrungen in der Psychiatrie. Parallel Bildervorführung und anschließende Diskussion.

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

Sozialpsychiatrische Dienste Neuhausen - Nymphenburg

MAXIM Kino, Landshuter Allee 33, 80637 München

U1 / U2 Haltestelle Rotkreuzplatz,

Bus 53 / 133 Haltestelle Schlörstr.

Frei



**15.00 – 18.00**

## **Arbeiten mit Handicap – wie ist das eigentlich?**

Einladung zum Mitarbeiten – mit und ohne „Beeinträchtigung“ – bei ReAL Isarwinkel, Fachbereich Arbeit [www.real-isarwinkel.de](http://www.real-isarwinkel.de).

**Veranstalter**

**Anmeldung**

**Ort**

**Eintritt**

ReAL-Isarwinkel

Tel.: 08041-7664301 oder

Email: [c.hoeflich@bz-real-isarwinkel.de](mailto:c.hoeflich@bz-real-isarwinkel.de)

Bildungs-Zentrum ReAL-Isarwinkel,

Osterleite 26, 83646 Bad Tölz

Frei

<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>16.00 – 17.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Depression und Burnout</b></p> <p>Das Behandlungsteam stellt das Gruppentherapiekonzept der Tagklinik Westend für Depression und Burnout vor.</p> <p>Tagklinik Westend Westendstr. 193, 80686 München U4/U5 Haltestelle Westendstr. Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>16.00 – 17.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Männer unter sich</b></p> <p>Die Männergruppe am Sozialpsychiatrischen Dienst München-Schwabing stellt sich vor und sucht Austausch mit Interessierten!</p> <p>Sozialpsychiatrischer Dienst München-Schwabing in Kooperation mit dem Selbsthilfzentrum München Selbsthilfzentrum München, großer Veranstaltungsraum, Westendstr. 68, 80339 München Tram 18/19 Haltestelle Schrenkstr., U4/U5 Haltestelle Schwanthalerhöhe Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>17.00 – 19.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Arbeitslosigkeit und seelische Gesundheit</b></p> <p>Angebote im Projekt KompAQT für Menschen „50plus“.</p> <p>Projekt KompAQT (Kompetenznetzwerk für Arbeit, Qualifizierung und Transfer) der Arbeitsgemeinschaft für Beschäftigung München GmbH (ARGE München) Kompetenzcenter 50plus, Poccistr. 5, 80336 München U3/U6 Haltestelle Poccistr. Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>17.00 – 19.00</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b> <b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Die drei Grundsatzfehler bei der Stellensuche</b></p> <p>Für die meisten Stellensuchenden sind Bewerbungen in der Regel von vornherein zum Scheitern verurteilt. Diese Behauptung wird mit Fakten belegt.</p> <p>Netzwerk erwerbssuchender Akademiker *nea e.V. und Dipl. Psych. Madeleine Leitner (Bestseller: „Durchstarten zum Traumjob“) *nea e.V., Pariser Strasse 8, 81669 München S-Bahn Haltestelle Rosenheimer Platz Frei</p>



**18.00 – 19.30**

**Veranstalter**  
**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Krankheiten und ihre Botschaften**

Die Seele des Menschen – Die Hauptenergiearten.  
Georg Kleinort, Referent und SHG-Leiter seit 1987  
Selbsthilfezentrum München  
Westendstr. 68, 80339 München  
Tram 18/19 Haltestelle Schrenkstr.,  
U4/U5 Haltestelle Schwanthalerhöhe  
Frei



**19.00 – 20.30**

**Veranstalter**

**Ort**  
**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Suizidale Krisen**

Informationsveranstaltung zum Thema Suizidgefährdung  
DIE ARCHE – Suizidprävention und Hilfe in  
Lebenskrisen e.V.  
Viktoriastr. 9, 1. Stock, 80803 München  
U3 Haltestelle Bonner Platz,  
U3/U6 Haltestelle Münchner Freiheit  
Frei



**19.00 – 21.00**

**Veranstalter**

**Ort**  
**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Burnout**

Interne Fortbildung für Referentinnen von Donna Mobile.  
Donna Mobile Gesundheitsförderung, Prävention und  
Qualifizierung für Migrantinnen  
Landsberger Str. 45 a, 80339 München  
U4/U5 Haltestelle Schwanthalerhöhe,  
Tram 18/19 Haltestelle Schrenkstr.,  
S-Bahn Hackerbrücke/Donnersbergerbrücke  
Frei



**19.30 – 21.00**

**Veranstalter**  
**Anmeldung**

**Ort**  
**Anfahrt**

**Eintritt**

## **Der Schultergürtel als Stressabsorber?**

Der Schultergürtel ist der komplexeste Teil des menschlichen  
Bewegungsapparats. Beschwerden in diesem Bereich sind  
häufig ein Indikator für übermäßigen Stress.  
Wie kann sinnvoll entlastet werden?  
Generationenzentrum e.V.  
Tel.: 089-45819805 oder  
Email: [info@generationenzentrum.org](mailto:info@generationenzentrum.org)  
Milbertshofener Str. 72 a, 80807 München  
U2 Haltestelle Frankfurter Ring oder Milbertshofen,  
Bus 50 Haltestelle Abtstr.  
3,50 €





<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>19.30 – 21.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b></p> <p><b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p>	<p><b>Warum kompliziert, wenn's auch leicht geht?</b> Einführungsvortrag Alexander-Technik mit praktischen Beispielen. Leitung: Jana M. Dobrick M.A., Lehrerin der F.M. Alexander-Technik (ATVD). Psychologische Fachbuchhandlung Psychologische Fachbuchhandlung, Haimhauserstr. 5, 80802 München U3/U6 Haltestelle Münchner Freiheit 10,- €, ermäßigt 7,- €</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>19.30 – 21.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Ort</b></p> <p><b>Anfahrt</b> <b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>„Wenn nicht hier, wo dann?“</b> Von Depression betroffene Menschen als Herausforderung für Pfarreien und Kirchengemeinden. Jubilataekirche, Andreas Burkhardt Gemeindehaus der Jubilataekirche, Waldperlacher Str. 46, 81739 München-Waldperlach Bus 55/199 Haltestelle Waldperlach Frei</p>
<p><b>I</b> <b>M</b> <b>E</b> <b>F</b></p> <p><b>20.00 – 21.30</b></p> <p><b>Veranstalter</b> <b>Anmeldung</b></p> <p><b>Ort</b> <b>Anfahrt</b></p> <p><b>Eintritt</b></p> <p></p>	<p><b>Motivation ... Mehr davon!</b> Was motiviert mich? Wie motiviere ich mich? Motiviert mich das, was ich mache? Und wie kann ich meine Umwelt so gestalten, dass ich motiviert bleibe? Generationenzentrum e.V. Tel.: 089-45819805 oder Email: info@generationenzentrum.org Milbertshofener Str. 72 a, 80807 München U2 Haltestelle Frankfurter Ring oder Milbertshofen, Bus 50 Haltestelle Abtstr. Frei</p>

## Die Logik seelischer Erkrankungen verstehen

€ 17,95  
ISBN 978-3-466-30886-6



Ein kluges, unbequemes Buch, das die menschliche Seele in völlig neuem Licht erscheinen lässt.



[www.koesel.de](http://www.koesel.de) Sachbücher & Ratgeber



**20.00 – 22.00**

## **Findet uns das Glück?**

Sehnsucht, Wunsch und Wirklichkeit in Beziehungen.  
pro familia

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**

Türkenstr. 103, 80799 München  
U3/U6 Haltestelle Universität,  
Tram 27 Haltestelle Nordendstr.  
10,- €



**21.00 – 23.00**

## **Contact Made - Zeitgenössische improvisierte Musik**

Zeitgenössische improvisierte Musik Le Quan, Ninh (F):  
Erweiterte Percussion. Stammberger, Norbert R. (D): präpa-  
riertes Saxophon; Hautzinger, Franz (A): Viertelontrompete.  
Münchner Freie Szene: Norbert Stammberger in Zusammen-  
arbeit mit dem Netzwerk erwerbssuchender Akademiker  
Muffathalle/Club Ampere, Zellstrasse 4, 81667 München  
S-Bahn Haltestelle Isartor,  
Tram 17 Haltestelle Deutsches Museum  
18,- €, ermäßigt 13,- €

**Veranstalter**

**Ort**

**Anfahrt**

**Eintritt**



# Initiatoren 2010



Ärztlicher Kreis- und Bezirksverband München



Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker e.V. München



ASZ, Alten- und Service-Zentren



Berufliches Trainingszentrum Rhein-Neckar gGmbH, Zweigstelle München



BRK, Alten- und Service-Zentren



Caritaszentrum Laim/Sendling, Fachdienst Psychiatrie



diakonia Dienstleistungsbetriebe GmbH



EBESI e.V.



Gemeinnützige GmbH des Projektvereins



Innere Mission München, Diakonie in München und Oberbayern e.V.



Isar-Amper-Klinikum gemeinnützige GmbH, Klinikum München-Ost



Kassenärztliche Vereinigung Bayerns



Katholischer Männerfürsorgeverein München e.V.



Köppel Akademie



Münchner Bündnis gegen Depression e.V.



Referat für Gesundheit und Umwelt, Landeshauptstadt München



Soziale Dienste Psychiatrie gemeinnützige GmbH



Sozialpsychiatrisches Zentrum des Paritätischen in Bayern e.V.

# Veranstalter von A bis Z

ABZE - Afrikanisches Begegnungszentrum München **58**

AD(H)S-Hilfe München **51**

ÄKBV - Ärztlicher Kreis- und Bezirksverband München **19, 73**

Aktionsgemeinschaft der Angehörigen

psychisch Kranker München **19**

Alexander-Technik Kooperation München **38**

Alzheimer Gesellschaft München **48, 54, 66**

AMIGRA - Antidiskriminierungsstelle für Menschen mit  
Migrationshintergrund **20, 58**

Alten- und Service-Zentrum Allach-Untermenzing **56**

Alten- und Service-Zentrum Altstadt **22**

Alten- und Service-Zentrum Au **67**

Alten- und Service-Zentrum Aubing **20, 27, 47**

Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen **77**

Alten- und Service-Zentrum Freimann **22, 31, 37, 42**

Alten- und Service-Zentrum Fürstenried **31, 70**

Alten- und Service-Zentrum Haidhausen **22, 46**

Alten- und Service-Zentrum Harlaching **56**

Alten- und Service-Zentrum Isarvorstadt **54, 69**

Alten- und Service-Zentrum Kleinhadern-Blumenau **69**

Alten- und Servicezentrum Laim **24, 69**

Alten- und Service-Zentrum Maxvorstadt **24**

Alten- und Service-Zentrum Milbertshofen **16, 25, 65**

Alten- und Service-Zentrum Moosach **47, 68**

Alten- und Service-Zentrum

Neuhausen-Nymphenburg **47, 57**

Alten- und Service-Zentrum Obergiesing **56**

Alten- und Service-Zentrum Obermenzing **78**

Alten- und Service-Zentrum Pasing **22, 70**

Alten- und Service-Zentrum Perlach **68**

Alten- und Service-Zentrum Ramersdorf **56**

Alten- und Service-Zentrum Riem **48**

Alten- und Service-Zentrum

Schwabing-Ost **16, 23, 47, 53, 71, 77**

Alten- und Service-Zentrum Sendling **24**

Alten- und Service-Zentrum Solln-Forstenried **57, 65**

Alten- und Service-Zentrum Thalkirchen **78**

Alten- und Service-Zentrum Untergiesing **16, 45, 53, 67**

Alten- und Service-Zentrum Westpark **70**

ASZ, Alten- und Service-Zentren **19**

Awolytis, vincentro - NetzWerk psychische Gesundheit **59**

BASTA - Das Bündnis für psychisch erkrankte  
Menschen **50, 59**

Bayerische Akademie für Sucht- und  
Gesundheitsfragen (BAS) **21**

Bayerische Landeskammer der Psychologischen  
Psychotherapeuten und der Kinder- und

Jugendlichenpsychotherapeuten (PTK Bayern) **61**

Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein **29**

Berufliche Fortbildungszentren der Bayerischen Wirtschaft  
(bfz) **17**

Berufliches Trainingszentrum Rhein-Neckar **19, 67**

Berufsverband Deutscher Diplompsychologinnen und  
Diplompsychologen, Landesgruppe Bayern **33**

Bipolar München, Selbsthilfegruppe **74**

Blitz Barbara **72**

BRK, Alten- und Service-Zentren **19**

Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener (BPE) **38**

Caritaszentrum Innenstadt, Psychologischer Dienst für  
Ausländer **53**

Caritaszentrum Laim-Sendling, Fachdienst Psychiatrie **19**

Caritas Tagesstätte für psychische Gesundheit **58**

Cinderella - Beratungsstelle für Essstörungen **45, 46**

Club 29 **26**

Condrops **31, 45**

Der PARITÄTISCHE **23, 70**

diakonia Dienstleistungsbetriebe **19**

Diakonie Hasenberg **66**

DIE ARCHE - Suizidprävention und Hilfe  
in Lebenskrisen **29, 80**

Dobrick Jana M. **34, 37**

Donna Mobile Gesundheitsförderung, Prävention  
und Qualifizierung für MigrantInnen  
**29, 37, 49, 54, 59, 65, 72, 80**

EBESI - European Business Education and  
Science Institute **19, 21**

Evangelische Stadtakademie München **34**

Evangelische Telefonseelsorge im ebz München **73**

Forschungs- und Lehrakademie für Bioenergetik und  
Bioinformatik **74**

Forum A.K.T. - Forum für Analytische und Klinische  
Kunsttherapie **32**

FrauenGesundheitsZentrum München **26, 34**  
 Frauennotruf München **47, 60, 77**  
 Freie Akademie München **60**  
 FTZ - FrauenTherapieZentrum **16, 27, 37, 54, 58, 65**  
 Generationenzentrum **80, 81**  
 Gerontopsychiatrischer Dienst München Nord **66**  
 Gerontopsychiatrischer Dienst München Süd **53, 70**  
 Gerontopsychiatrischen Dienst München West **47, 68, 70**  
 Gesellschaft zur Förderung beruflicher und sozialer Integration  
 (gfi) **77**  
 Hippocampus Gerontologische Praxis München **71, 72**  
 HIPSY - Hilfe für psychisch Kranke **25, 27, 51, 66**  
 Hochschule München **41**  
 Innere Mission München, Diakonie in München und  
 Oberbayern **19**  
 Institut für Schlaganfall- und Demenzforschung,  
 LMU München **32, 54, 66**  
 Isar-Amper-Klinikum, Klinikum München-Ost **19, 38, 42**  
 ISAR-WÜRM-LECH IWL Werkstätten **21**  
 Jubilatekirche **81**  
 Katholischer Männerfürsorgeverein München **19, 23, 46**  
 Kinder- und Jugendpsychotherapie am Biederstein, TU  
 München **48, 71**  
 Kinostar Kino Neues Rottmann **62**  
 kleidsam **25, 28**  
 Kleinort Georg **80**  
 Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, LMU München **68**  
 Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie,  
 Klinikum Harlaching **25, 32**  
 Köppel Akademie **19**  
 Kofra **27**  
 KompAQT (Kompetenznetzwerk für Arbeit, Qualifizierung  
 und Transfer) der Arbeitsgemeinschaft für Beschäftigung  
 München **79**  
 Krisendienst Psychiatrie München **21, 57, 66**  
 KVB - Kassenärztliche Vereinigung Bayerns **19, 73**  
 Leitner Madeleine **79**  
 Max-Planck-Institut für Psychiatrie **67**  
 Mobbing Beratung München / Konsens **62**  
 Münchner Arbeitsgemeinschaft für Psychoanalyse **28**  
 Münchner Bündnis gegen Depression **15, 19, 41**  
 münchner frauenforum **50**  
 Münchner Psychiatrie-Erfahrene (MüPE) **59**  
 Münchner Psychose Seminar **50**  
 nea - Netzwerk erwerbssuchender Akademiker  
**42, 60, 79, 82**  
 Netzwerk Psychiatrie München **34, 74**  
 Neurofeedbacktraining München **61**  
 Popp Elke **32, 33**  
 Poulaki Sophia **71**  
 pro familia **51, 72, 82**  
 Programm für seelische Gesundheit am Klinikum rechts der  
 Isar, TU München **28, 50**  
 Projektverein **19**  
 Projekt-Laden International Haidhausen **65**  
 Psychologische Fachbuchhandlung **81**  
 ReAL-Isarwinkel **78**  
 Referat für Gesundheit um Umwelt, Landeshauptstadt  
 München **19, 29, 58, 61**  
 Regenbogen **24, 31**  
 SHZ - Selbsthilfzentrum München **41, 79**  
 Siebel Michael **38**  
 Sozialbürgerhaus Laim-Schwanthalerhöhe **20**  
 Sozialbürgerhaus Pasing **77**  
 Soziale Dienste Psychiatrie **19, 23, 26, 46**  
 Sozialpsychiatrischer Dienst Dachau **68**  
 Sozialpsychiatrischer Dienst München Giesing **57, 62**  
 Sozialpsychiatrischer Dienst München  
 Neuhausen-Nymphenburg **78**  
 Sozialpsychiatrischer Dienst München Schwabing **79**  
 Sozialpsychiatrischer Dienst München Stadtmitte **29, 61**  
 Sozialpsychiatrischer Dienst Starnberg **42**  
 Sozialpsychiatrisches Zentrum der Kliniken des Bezirks  
 Oberbayern **20**  
 Sozialpsychiatrisches Zentrum des Paritätischen in Bayern **19**  
 Stadtkus-Weigl Brigitte **26, 50**  
 Stammberger Norbert **82**  
 Tagklinik Westend **48, 58, 71, 79**  
 Trauma Hilfe Zentrum München **49**  
 Ursel Michael C. **33**  
 Weegen Lisa **32, 33**  
 Weiße Feder **45**



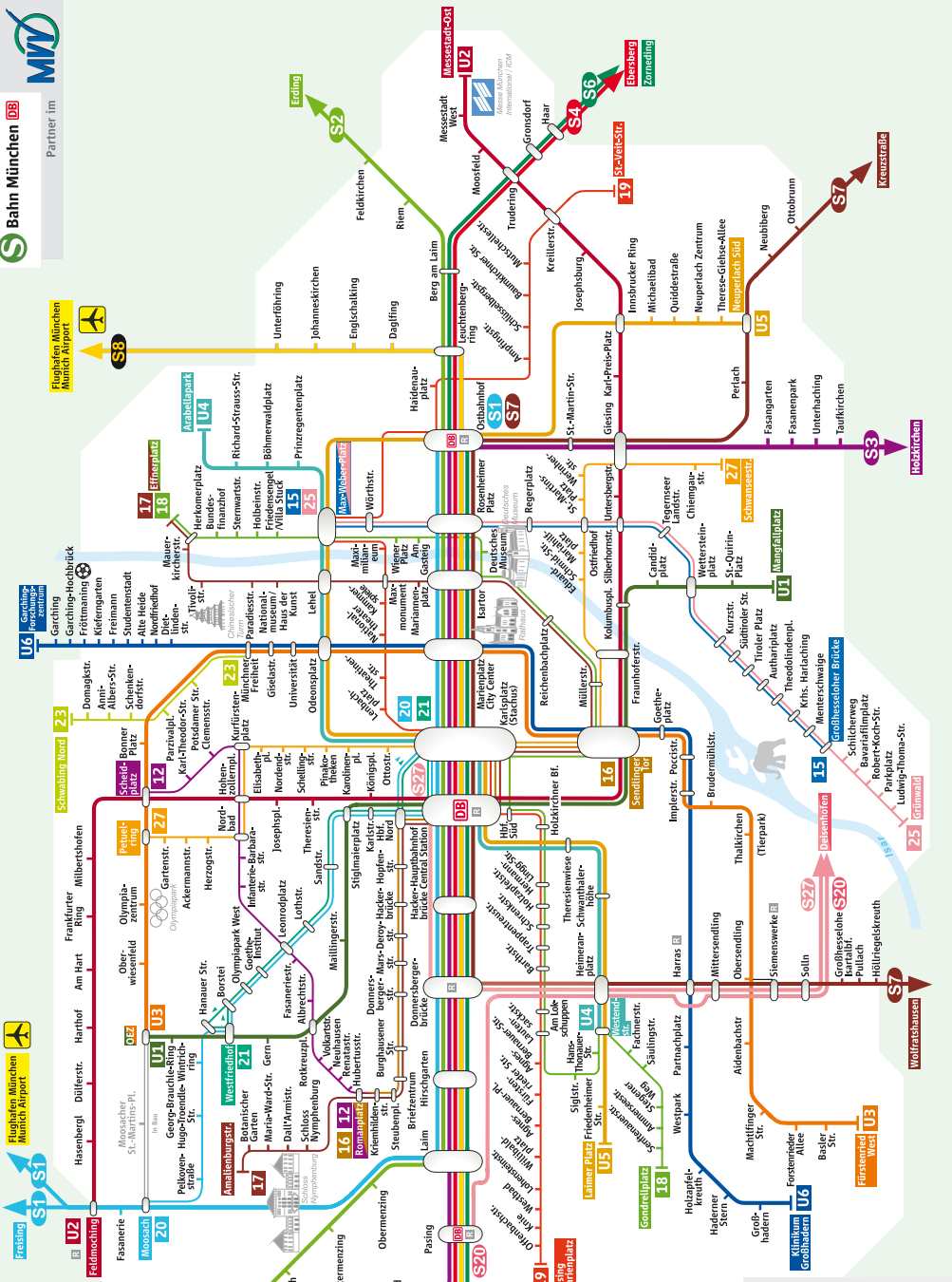
# Schienenetzplan München



**S-Bahn München DB**  
Partner im



- S1** S-Bahn
- U1** U-Bahn
- U2** U-Bahn
- U3** U-Bahn
- U4** U-Bahn
- U5** U-Bahn
- U6** U-Bahn
- U7** U-Bahn
- U8** U-Bahn
- U9** U-Bahn
- U10** U-Bahn
- U11** U-Bahn
- U12** U-Bahn
- U13** U-Bahn
- U14** U-Bahn
- U15** U-Bahn
- U16** U-Bahn
- U17** U-Bahn
- U18** U-Bahn
- U19** U-Bahn
- U20** U-Bahn
- U21** U-Bahn
- U22** U-Bahn
- U23** U-Bahn
- U24** U-Bahn
- U25** U-Bahn
- U26** U-Bahn
- U27** U-Bahn
- U28** U-Bahn
- U29** U-Bahn
- U30** U-Bahn
- U31** U-Bahn
- U32** U-Bahn
- U33** U-Bahn
- U34** U-Bahn
- U35** U-Bahn
- U36** U-Bahn
- U37** U-Bahn
- U38** U-Bahn
- U39** U-Bahn
- U40** U-Bahn
- U41** U-Bahn
- U42** U-Bahn
- U43** U-Bahn
- U44** U-Bahn
- U45** U-Bahn
- U46** U-Bahn
- U47** U-Bahn
- U48** U-Bahn
- U49** U-Bahn
- U50** U-Bahn
- U51** U-Bahn
- U52** U-Bahn
- U53** U-Bahn
- U54** U-Bahn
- U55** U-Bahn
- U56** U-Bahn
- U57** U-Bahn
- U58** U-Bahn
- U59** U-Bahn
- U60** U-Bahn
- U61** U-Bahn
- U62** U-Bahn
- U63** U-Bahn
- U64** U-Bahn
- U65** U-Bahn
- U66** U-Bahn
- U67** U-Bahn
- U68** U-Bahn
- U69** U-Bahn
- U70** U-Bahn
- U71** U-Bahn
- U72** U-Bahn
- U73** U-Bahn
- U74** U-Bahn
- U75** U-Bahn
- U76** U-Bahn
- U77** U-Bahn
- U78** U-Bahn
- U79** U-Bahn
- U80** U-Bahn
- U81** U-Bahn
- U82** U-Bahn
- U83** U-Bahn
- U84** U-Bahn
- U85** U-Bahn
- U86** U-Bahn
- U87** U-Bahn
- U88** U-Bahn
- U89** U-Bahn
- U90** U-Bahn
- U91** U-Bahn
- U92** U-Bahn
- U93** U-Bahn
- U94** U-Bahn
- U95** U-Bahn
- U96** U-Bahn
- U97** U-Bahn
- U98** U-Bahn
- U99** U-Bahn
- U100** U-Bahn
- R** Regionalzug
- DB** Fernzug



**Tarifzonen**  
Innenraum  
Außenraum

# VORSCHAU 2011

## 3. Münchner Woche für Seelische Gesundheit

5. - 13. Oktober 2011

**Ihre Spende macht  
dieses Projekt  
möglich!**

### Spendenkonto

Münchner Bündnis gegen Depression  
Verwendungszweck: WSG  
(Münchner Woche für Seelische Gesundheit)

Stadtsparkasse München  
BLZ 70150000  
Konto-Nr. 10 00 48 36 59

## Impressum

### 2. Münchner Woche für Seelische Gesundheit

Ein Projekt des Münchner Bündnis gegen Depression e.V.  
in Kooperation mit der Landeshauptstadt München.



[www.woche-seelische-gesundheit.de](http://www.woche-seelische-gesundheit.de)

Münchner Bündnis gegen Depression e.V.

### Geschäftsstelle

Landsberger Str. 68, 80339 München

Tel. 089 / 54 04 51 20

Fax 089 / 54 04 51 22

[info@woche-seelische-gesundheit.de](mailto:info@woche-seelische-gesundheit.de)

### Vertretungsberechtigter Vorstand

Dr. Joachim Hein, Vorstandsvorsitzender

### Inhaltlich Verantwortliche gemäß § 55 Abs. 2 RStV

Rita Wüst, Geschäftsführerin

### Registergericht

Amtsgericht München, Vereinsregister Nr. 201836

Gemeinnützigkeit anerkannt durch das Finanzamt

München für Körperschaften

### Gestaltung

punktschmiede

### Druck

Gebrüder Giehl Druckerei GmbH

### Auflage

15.000 Stück

[www.woche-seelische-gesundheit.de](http://www.woche-seelische-gesundheit.de)



Ein Projekt des Münchner Bündnis gegen Depression e.V.  in Kooperation mit der Landeshauptstadt München  Landeshauptstadt München  
Mit freundlicher Unterstützung von

