

## Montag, 8. Oktober 2018

- **Wege der Gelassenheit / Gesundheits- und Rehasport**  
Klaus-Peter Räkow, Präsident TC 69 e. V.  
Wann : 10.00 Uhr  
Wo : Psychosoziales Gesundheitszentrum  
Diakonisches Werk Oberhausen  
Steinbrinkstr. 158, 46145 Oberhausen

## Dienstag, 9. Oktober 2018

- **Selbsthilfe zum Reinschnupern**  
Svenja Ricken & Heike Kehl-Herlyn  
Wann : 16.00 - 19.00 Uhr  
Wo : Selbsthilfekontaktstelle Oberhausen  
Gutenbergstr. 6, 46045 Oberhausen
- **Wege der Gelassenheit / Gesundheits- und Rehasport**  
Klaus-Peter Räkow, Präsident TC 69 e. V.  
Wann : 16.00 Uhr  
Wo : Psychosoziales Gesundheitszentrum  
Diakonisches Werk Oberhausen  
Steinbrinkstr. 158, 46145 Oberhausen
- **Mobbing – erkennen und reagieren**  
Ingo Aulbach  
Wann : 18.00 Uhr  
Wo : Mediations Zentrum Oberhausen  
Teutoburger Str. 51, 46145 Oberhausen  
**Anmeldung** unter:  
kontakt@mediationszentrum-  
oberhausen.de
- **Interkulturalität und interkulturelle Öffnung  
Zugangsschwierigkeiten der Migranten in das  
Gesundheitssystem**  
Dr. Dietmar Czycoll, Freudenstadt  
Wann : 14.00 - 15.30 Uhr (anschließend Gespräche)  
Wo : intego und  
Sozialpsychiatrisches Kompetenzzentrum  
Migration  
Friedensplatz 8 (Ecke Langemarkstr.)  
46045 Oberhausen

## Mittwoch, 10. Oktober 2018

- **Gedächtnistraining - „Schnupperstunde“**  
Birgit Wegener  
Gerontopsychiatrische Beratungsstelle  
Wann: 15.00 - 16.00 Uhr  
Wo : St. Josef Hospital Oberhausen  
Mülheimer Str. 83, Seminarraum 1 und 2  
46045 Oberhausen  
**Anmeldung** unter: Tel. 0208 837 4678
- **Demenzerkrankungen:  
Medizinische Einordnung und gesellschaft-  
liche Relevanz**  
Prof. Dr. med. Eugen Davids  
Birgit Wegener  
Wann : 16.30 - 18.00 Uhr  
Wo : St. Josef Hospital Oberhausen,  
Mülheimer Str. 83, Seminarraum 1 und 2  
46045 Oberhausen
- **Café unterwegs -  
Interkulturelles Frauencafé zum Thema  
Depression**  
Wann : 17.00 - 18.30 Uhr  
Wo : Volkshochschule Oberhausen (VHS)  
Raum 330  
Langemarkstr. 19-21, 46045 Oberhausen
- **Beratungsangebot Glücksspielsucht**  
Kurzvortrag über das neue Angebot des  
Caritasverbandes Oberhausen e. V.  
Wann : 17.00 - 18.30 Uhr  
Wo : Caritasverband Oberhausen e. V.  
Psychosoziales Gesundheitszentrum  
Mülheimer Str. 202, 46047 Oberhausen

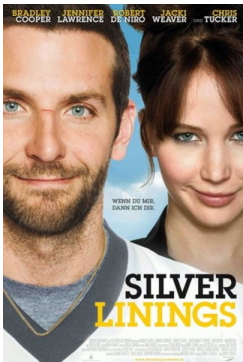
## Donnerstag, 11. Oktober 2018

- **Wege der Gelassenheit / Gesundheits- und Rehasport**  
Klaus-Peter Räkow, Präsident TC 69 e. V./  
Wann : 10.00 Uhr **und** 16.00 Uhr  
Wo : Psychosoziales Gesundheitszentrum  
s. Montag, 08. Oktober 2018
- **Achtsamkeit im Alltag - Workshop**  
Malina Zelezny, Suchtprophylaxe Drogenberatungsstelle  
Wann : 15.00 - 17.00 Uhr  
Wo : Café der Drogenberatungsstelle  
Dorstener Str. 52, 46145 Oberhausen
- **Nutzen und Schaden von Cannabis**  
Prof. Dr. med. Jens Kuhn  
Wann : 17.30 - 18.15 Uhr  
Wo : Johanniter Krankenhaus Oberhausen  
Evangelischer Klinikverbund Niederrhein  
Weitbrecht-Saal  
Steinbrinkstr. 96a, 46145 Oberhausen
- **Fit & Entspannt für jedes Alter  
(praktische Übungen)**  
Bettina Kraft & Beate van de Leest,  
Gute Hoffnung leben  
Wann : 18.30 Uhr  
Wo : Johanniter Krankenhaus Oberhausen  
Evangelischer Klinikverbund Niederrhein  
Weitbrecht-Saal  
Steinbrinkstr. 96a, 46145 Oberhausen
- **„Mängel exemplar“ von Sarah Kuttner  
Lesung der Schauspielerin Katja Heinrich**  
VHS und Selbsthilfekontaktstelle  
Wann : 18.00 - 20.30 Uhr  
Wo : Volkshochschule Oberhausen (VHS)  
Raum 330  
Langemarkstr. 19 - 21, 46045 Oberhausen

Freitag, 12. Oktober 2018

- **Förderung von seelischer Gesundheit in Kindertageseinrichtungen und Familienzentren**  
Wann : 9.00 - 12.00 Uhr  
Wo : Familienzentrum Lirich/Zweigstelle  
Ulmenstr. 52, 46049 Oberhausen
- **Team intego flex und Familien**  
Vorstellung der individuellen Unterstützung  
Wann : 10.00 - 14.00 Uhr  
Wo : intego flex  
Elsässer Str. 23, 46045 Oberhausen
- **Gewalt an Schulen**  
Wann : 14.00 Uhr  
Wo : Mediations Zentrum Oberhausen  
Teutoburger Str. 51, 46145 Oberhausen  
**Anmeldung** unter:  
kontakt@mediationszentrum-  
oberhausen.de
- **Kultureller Abend mit Jürgen Sarkiss**  
Schauspieler u. Musiker Theater Oberhausen  
**Eisenheimchor unter der Leitung von Otto Beatus**  
Diakonisches Werk Oberhausen  
Wann : 18.00 Uhr  
Wo : Evangelisches Gemeindezentrum  
Steinbrinkstr. 154, 46145 Oberhausen

Samstag, 13. Oktober 2018



**Silver Linings** (USA 2012)

Jennifer Lawrence, Bradley Cooper, Robert de Niro, Jacki Weaver und Chris Tucker

Wann : 17.00 Uhr

Wo : Kino im Walzenlager  
Zentrum Altenberg  
Hansastr. 20,  
46049 Oberhausen

Gesundheit ist laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ein "Zustand vollständigen physischen, geistigen und sozialen Wohlbefindens". Durch die Definition wird deutlich, dass körperliche Gesundheit und psychisches Wohlbefinden zusammenhängen. Die World Federation for Mental Health rief 1992 den Welttag der seelischen Gesundheit ins Leben. Rund um den 10. Oktober gibt es jährlich Veranstaltungen für die Öffentlichkeit, die Angebote rund um das Thema psychische Gesundheit vorstellen.

Dieses Jahr findet bereits zum **3. Mal** die Oberhausener Woche der seelischen Gesundheit statt. Diese wird durch die Stadt Oberhausen, Bereich Gesundheitswesen, koordiniert.

**Ansprechpartner:** Christian Sauter  
Stadt Oberhausen  
Sucht- und Psychiatriekoordinator  
Bereich 3-4/Gesundheitswesen  
Tel. 0208 825-2176  
E-Mail: christian.sauter@oberhausen.de



Carsten Walden

## Einladung



**vom 8. - 13. Oktober 2018**

**Es erwarten Sie kostenlose Angebote rund um die Themen psychische Gesundheit & Suchtprävention**

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

# Auftaktveranstaltung

**8. Oktober 2018**

- **Begrüßung und Eröffnung durch**

Dr. Gesa Reisz - VHS-Leiterin  
Sabine Lauxen - Schirmherrin  
Beigeordnete für Umwelt, Gesundheit,  
ökologische Stadtentwicklung und -planung

Wann : 17.00 Uhr

Wo : Volkshochschule Oberhausen (VHS)  
Raum 330  
Langemarkstr. 19 - 21,  
46045 Oberhausen

- **Depression: bedeutsamste Erkrankung des 21. Jahrhunderts und innovative Behandlungsmöglichkeiten**

Prof. Dr. med. Jens Kuhn  
Chefarzt der Klinik für Psychiatrie,  
Psychotherapie und Psychosomatik  
Johanniter Krankenhaus Oberhausen

Wann : 17.15 Uhr

- **Kommunikationsübung**

Ingo Aulbach  
Mediations Zentrum Oberhausen

Wann : 17.45 Uhr

- **Angsterkrankungen: Einordnung und Behandlung**

Prof. Dr. Eugen Davids  
Chefarzt der Klinik für Psychiatrie und  
Psychotherapie St. Josef Hospital Oberhausen

Wann : 18.00 Uhr