



# Am 10. Oktober ist Tag der Seelischen Gesundheit: Veranstaltung im Sozial- psychiatrischen Dienst

**Sozialpsychiatrischer  
Dienst**

**Diakonie Bayreuth**

Bahnhofstraße 4B  
95444 Bayreuth

Tel. 0921 1508770  
spdi@diakonie-  
bayreuth.de

## Hintergrund:

Psychische Erkrankungen wie Angsterkrankungen, Depressionen, Alkohol- und andere Suchterkrankungen gehören zu häufigen Krankheiten in Deutschland. Auch der Stress am Arbeitsplatz wird zunehmend größer - die Krankschreibungen aufgrund seelischer Probleme nehmen seit Jahren kontinuierlich zu.

Der internationale **Aktionstag „World Mental Health Day“** findet seit 1992 **immer am 10. Oktober** statt. Initiator ist die World Federation for Mental Health (WFMH). Unter dem Motto „Reden hebt die Stimmung – Seelisch gesund in unserer Gesellschaft“ setzt sich der internationale Aktionstag dafür ein, miteinander ins Gespräch zu kommen und **zur eigenen seelischen Gesundheit einen Beitrag zu leisten**.

Der **Sozialpsychiatrische Dienst der Diakonie Bayreuth** lädt Sie an diesem Tag zu einem interessanten, **abwechslungsreichen Programm** in seine Räumlichkeiten in der **Bahnhofstraße 4B in Bayreuth** ein:

<b>15 Uhr</b>	Empfang und Vorstellung des Programmes
<b>15.15 Uhr</b>	Kurz-Vernissage zum Thema: „Zeit für seelische Gesundheit“
<b>15.30 Uhr</b>	Begegnungscafé mit Kaffee und Kuchen
<b>16.30 Uhr</b>	Auftritt des Cello-Ensembles „Cellophonie“: Werke von Michel Corrette, Friedrich Gruetzmacher und Julius Klengel
<b>17.00 Uhr</b>	Vortrag: „Stress lach nach... - Wie aktiviere ich Entspannung im Alltag?“ mit anschließender Diskussionsrunde - Referentin: Eugenia Eckermann

Ende der Veranstaltung gegen 18.30 Uhr – eine Voranmeldung ist nicht notwendig. Gerne können auch nur einzelne Programmpunkte besucht werden.

**Wir freuen uns auf Sie** und einen Nachmittag ganz im Zeichen der Seelischen Gesundheit!