

# ForumPsyche

von 2000 bis 2014: Psychose-Seminar

## **Du bist, was du isst! Kann eine gesunde Ernährung sich positiv auf die Psyche auswirken?**

*110. Veranstaltung*



Wieviel Wert sollte auf die Ernährung gelegt werden? Haben Sie Ihr persönliches Wohlfühlgewicht? Warum haben immer mehr Menschen mit starkem Über- oder Untergewicht zu kämpfen? Welche mögliche Rolle oder Einfluss könnten dabei die Gesellschaft oder Psychopharmaka haben? Welche persönlichen Erfahrungen haben Sie mit gutem Trank und guter Kost in ihrem Alltag gemacht? Gerne können wir uns darüber austauschen.

**Donnerstag, 18. Januar 2018**

16.45 Uhr bis 18.45 Uhr

Volkshochschule Rostock

Am Kabutzenhof 20 A

18057 Rostock



Für alle, die Interesse daran haben, psychische Krisen zu verstehen oder besser mit ihnen umzugehen.

Wir gehen auf neutralem Boden im offenen Gespräch von eigenen Erfahrungen aus und versuchen Orientierung zu geben. Ziel ist es, die unterschiedlichen Perspektiven der einzelnen Gruppen zu respektieren und durch den Erfahrungsaustausch voneinander zu lernen. Dabei geht es um Fragen, wie psychische Erkrankung von den Beteiligten erlebt wird, was die Wünsche, was die Bedürfnisse eines Menschen in einer psychischen Krise sind und wie besser auf diese eingegangen werden kann.

Die Aufgabe der Moderation ist es, der Offenheit des Gesprächskreises, die sich schon in der Sitzordnung ausdrückt, zu entsprechen.

## **Themenübersicht 2018**

*18. Januar*

Du bist, was du isst! Kann eine gesunde Ernährung sich positiv auf die Psyche auswirken?

*12. April*

Wenn das Soll zum Muss wird – von den Leiden und Freuden „perfekter Menschen“

*7. Juni*

Es geht immer weiter, es muss – seelische Erschöpfung und der Umgang mit ihr

*13. September*

Schluck nicht alles? Von der Verantwortung und Medikation in der psychiatrischen Versorgung

*18. Oktober*

Liebe, Partnerschaft und Sexualität bei psychischen Erkrankungen

*29. November*

Psychiatrie – ein Ort der Heilung? Wenn Sie etwas gestalten könnten: Was würden Sie an psychiatrischen Einrichtungen ändern?

Veranstalter: **Förderverein Gemeindepsychiatrie Rostock e.V.**, Doberaner Straße 44-47, 18057 Rostock, Tel.: (03 81) 12 37 11 9, [www.ggp-rostock.de](http://www.ggp-rostock.de)  
**Landesverband der Angehörigen und Freunde psychisch Kranker Mecklenburg-Vorpommern**, Henrik-Ibsen-Str. 20, 18106 Rostock, Tel.: (03 81) 72 20 25, [www.lapkmv.de](http://www.lapkmv.de) **Universitätsmedizin Rostock – Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie**, Gehlsheimer Str. 20, 18147 Rostock, Tel.: (03 81) 49 49 68 9, [www.kpp.med.uni-rostock.de](http://www.kpp.med.uni-rostock.de)

Die Moderation wechselt zwischen Martin Jantzen, Angehöriger, Stefan Paulaeck, Dipl.-Sozialpädagoge (FH), Dr. med. Roland Wandschneider, Arzt, und Alexander Weiß.