

Ihre Anreise zum Fachtag:

Das Bildungshaus St. Ursula liegt mitten in der Erfurter Altstadt. So gibt es mehrere Anreisemöglichkeiten:

• Mit der Bahn:

Aus allen Richtungen Deutschlands mit ICE-/IR- oder Regionalzügen bis zum Hauptbahnhof Erfurt. Vor dem Hauptbahnhof am Willy-Brandt Platz (linke Seite, wenn Sie das Bahnhofsgebäude verlassen) die Bahnhofstraße bis zum Anger (Richtung Innenstadt) gehen. Am Anger (Fußgängerzone), rechts abbiegen in Richtung Kaufhaus Anger 1, rechts davon befindet sich die Trommsdorffstraße mit dem Eingang zum Bildungshaus.

Vom Bahnhof zu Fuß sind es maximal 10 Minuten. Sie können auch eine Station mit der Straßenbahn vom Hauptbahnhof bis zum Anger fahren.

Bitte beachten Sie: **Nach Betreten durch die Trommsdorffstr. bitte an der Rezeption melden wegen der Einhaltung der 3-G-Regel – Nachweise nicht vergessen !!!**

• Mit dem Auto:

Aus allen Richtungen kommend fahren Sie bitte stadteinwärts (Altstadt/Zentrum) auf den Juri-Gagarin-Ring.

Weiter bis Kreuzung Trommsdorffstraße, je nach Anfahrtsrichtung abbiegen in die Trommsdorffstraße (Richtung Einkaufszentrum Anger 1).

Auf der linken Seite befindet sich das Edith-Stein-Gymnasium. Vor diesem in die Seitenstraße Reglermauer einbiegen.

Bitte beachten Sie das Hinweisschild „Bildungshaus“ an der zweiten Toreinfahrt.

Das Parken empfiehlt sich am besten in einem der Parkhäuser - Anger 1 oder im Parkhaus am Bahnhof.



Mit freundlicher Unterstützung der



EINLADUNG

für

Angehörige, Interessierte und Freunde

zum Fachtag 2022

Depression – die Krankheit besser verstehen

**am Samstag, den 21.05.2022
in Erfurt**

**Bildungshaus „Sankt Ursula“
im Kloster Sankt Ursula
Trommsdorffstr. 29
99084 Erfurt**

Liebe Vereinsmitglieder,
sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Freunde,

in den letzten Monaten häufte sich in unseren Angehörigenberatungen das Thema Depression, mitunter im Zusammenhang mit Corona.

Damit offenbart sich für uns, dass die Corona-Krise sie besonders trifft – Menschen, die bereits unter psychischen Erkrankungen wie Depressionen gelitten haben. Und von ihnen gibt es immer mehr. Laut Daten der KKH Kaufmännische Krankenkasse ist vor allem die Zahl der Patienten gestiegen, bei denen Depressionen nicht einmalig auftreten, sondern immer wiederkehren – bundesweit von 2010 auf 2020 um rund 82 Prozent. Bei depressiven Episoden, also einmaligen depressiven Phasen, verzeichnet die KKH im selben Zeitraum zwar auch ein starkes, aber deutlich geringeres Plus von gut 25 Prozent. Bundesweit erhält mittlerweile jeder Siebte eine dieser beiden oder beide Diagnosen,

Eine Depression ist eine schwere Krankheit. Aufgrund der Begegnungen mit den Angehörigen in den letzten Monaten haben wir die Depression als Thema für unseren Fachtag gewählt.

Doch wollen wir nicht nur die Depression betrachten, sondern auch den Aspekt, der zur Bewältigung von psychischen Erkrankungen insgesamt von Bedeutung ist: Die Resilienz – die Kraft zum Widerstand.

Ich wünsche uns einen interessanten Fachtag.

Sabine Wechsung

Sabine Wechsung
Vorsitzende

Tagesordnung:

9:30 Uhr Ankommen

9:45 Uhr Begrüßung und Eröffnung
Sabine Wechsung

10:00 Uhr Psychologin (M.Sc.) Mara Bach
Frankfurt University of Applied Sciences
Depression – die Krankheit besser verstehen
Diskussion

11:15 Uhr Kaffeepause

11:30 Uhr Silke Roczen
Resilienztrainerin
Gute Resilienz – wichtig für jeden
Diskussion

12:45 – 13:30 Uhr Mittagspause

13:30 Uhr Mitgliederversammlung
gesonderte Tagesordnung

Gesamtmoderation: Sabine Wechsung

Ende ca. 14:30 Uhr