

Wege aus der Krise – Umgang mit Depressionen bei Epilepsie

Datum: 09. – 11. September 2022

Ort: Haus Meeresfrieden, Maxim-Gorki-Straße 19, 17424 Heringsdorf auf Usedom

Freitag, den 09.09.2022

- 18.00 Uhr: Anreise, anschließend Abendessen
- 19.00 Uhr: Kennenlernen + Formulierung von Erwartungen an das Seminar
Einführung in das Thema
- 21.00 Uhr: Gelegenheit zum informellen Erfahrungsaustausch

Samstag, den 10.09.2022

- 09.00 Uhr: Depressionen und depressive Störungen erkennen (Arbeit in Kleingruppen)
- 11.00 Uhr: Kaffeepause
- 11.30 Uhr: Strategien im Umgang mit depressiven Störungen (Arbeit mit der gesamten Gruppe)
- 12.30 Uhr: Mittagspause
- 14.30 Uhr: Strategien im Umgang mit depressiven Störungen (Arbeit in Kleingruppen)
- 16.30 Uhr: Kaffeepause
- 17.00 Uhr: Depressive Störungen bewältigen? (Arbeit mit der gesamten Gruppe)
- 18.00 Uhr: Abendessen + Abendgestaltung entsprechend der Interessen der SeminarteilnehmerInnen

Sonntag, den 11.09.2022

- 09.00 Uhr: Was kann ich selbst tun? Wann gebrauche ich professionelle Hilfe? (Arbeit mit der gesamten Gruppe)
- 10.30 Uhr: Kaffeepause
- 11.00 Uhr: Besprechung noch offener Fragen
- 12.00 Uhr: Mittagessen
- 13.00 Uhr: Ende des Seminars