



Mittwoch, 13. Juni 2018, 19.00 – 21.00 Uhr
Psychiatriezentrum Münsingen

Wege aus der Depression

Informationsveranstaltung für Menschen mit einer depressiven Erkrankung, deren Angehörige sowie weitere Interessierte

psychiatriezentrum münsingen
bzw. *gemeinsam lösungen finden.*

pzm



Kanton Bern
Canton de Berne



Selbsthilfe BE
Info-Entraide BE

Informationsveranstaltung
19.00–21.00 Uhr, Psychiatriezentrum Münsingen

Wege aus der Depression

**Informationsveranstaltung für Menschen mit einer depressiven Erkrankung,
deren Angehörige sowie weitere Interessierte**

Liebe Interessentinnen und Interessenten

Jede fünfte Person in der Schweiz leidet mindestens einmal im Leben an einer Depression. Ein Grossteil der Betroffenen bleibt jedoch lange alleine mit dem Leiden. Ihre Angehörigen kommen häufig selber an ihre Grenzen. Viele Formen der Depression sind mittlerweile gut behandelbar. Wir möchten Ihnen mit den folgenden Referaten aufzeigen, was eine Depression ist, wie sie entsteht, wie sie behandelt wird und was die Betroffenen und deren Angehörige selbst tun können, um Wege aus der Depression zu finden.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Programm und Referenten

Einstieg: Kurzfilm Depression

1. Referat: Depression – Erscheinungsbild, Entstehung und Therapie

Referent: Philipp Schmutz, Psychologe PZM und Vizepräsident des Berner Bündnis gegen Depression

2. Referat: Wie Angehörige depressiven Menschen und sich selbst helfen können

Referentin: Elena Rima, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP und Angehörigenberaterin PZM

3. Referat: Selbsthilfe in Gruppen

Referentin: Heidi Kaderli, Sozialpädagogin HFS, Co-Fachleiterin Beratungszentrum Thun Selbsthilfe BE

Podiumsdiskussion

Leitung: Yvonne Stadler, Sozialarbeiterin FH und Angehörigenberaterin PZM

Gespräch

Nach der Veranstaltung besteht die Möglichkeit, sich bei einem Apéro untereinander und mit den Referenten/-innen auszutauschen.

Angaben zur Veranstaltung

- Datum:** Mittwoch, 13. Juni 2018
- Zeit:** 19.00 – 21.00 Uhr
- Ort:** Psychiatriezentrum Münsingen, Hunzigenallee 1, 3110 Münsingen – Casino
- Kosten:** Die Veranstaltung ist kostenlos.
- Anmeldung:** Es ist keine Anmeldung notwendig.
- Fragen:** Fragen beantwortet Ihnen Philipp Schmutz:
Telefon 031 720 81 53, philipp.schmutz@pzmag.ch
- Anreise:** Eine ausführliche Wegbeschreibung finden Sie unter:
www.pzmag.ch/eintritt-und-aufenthalt/gut-zu-wissen/anreise/

Gebührenpflichtige Parkplätze stehen zur Verfügung.

ÖV: Ab Bern oder Thun fahren Sie mit der S-Bahn bis Münsingen und steigen dort in das Postauto, Linie 163, um. Zu Fuss erreichen Sie das PZM ab Bahnhof Münsingen in etwa 15 Minuten.

