

# Mit Kraft durch die Krise

## Workshop und Film im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit / 30 Jahre Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle der Stadtmission Chemnitz

**Chemnitz, 07.10.2020** Im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit und dem 30-jährigen Jubiläum der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle der Stadtmission Chemnitz e.V. will die Veranstaltung „Mit Kraft durch die Krise – Gesund bleiben – auch psychisch“ über psychische Krankheiten aufklären:

**13.10.2020 von 16:30 bis 19:30Uhr**  
**in der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle**  
**Rembrandtstraße 13b, 09111 Chemnitz**  
**Anmeldung im Vorfeld erwünscht!**

Im Rahmen der Veranstaltung wird der Film „Morton Mies – wie die Depression siegt und wie sie scheitert“ gezeigt, in dem die Puppe Morton Mies als die personifizierte Depression im Gespräch mit einer Psychotherapeutin Fragen beantwortet. Der Film des Instituts für Systemische Therapie Wien bietet so für alle Betroffenen, aber auch Angehörige, eine spielerische Grundlage, sich mit der Krankheit auseinander zu setzen.

Im Anschluss gibt es die Möglichkeit, sich im Gespräch mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der PSKB auszutauschen. Dort sollen nicht nur Hilfs- und Therapieangebote aufgezeigt, sondern gleichzeitig auch Berührungspunkte abgebaut werden, um aktiv Betroffene sowie deren Angehörige einzubinden.

**Hintergrund:** Die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (PSKB) der Stadtmission Chemnitz e.V. bietet Beratung, Begegnung und Freizeitgestaltung für Menschen mit psychischen Problemen oder Erkrankungen. Betroffene erhalten beispielsweise Unterstützung beim Umgang mit Behörden, können in der Begegnungsstätte den Tag gemeinsam gestalten und so Einsamkeit überwinden, in Selbsthilfegruppen das Alleinsein mit der Krankheit durchbrechen und können bei gemeinsamen Reisen Kraft tanken (Rüst- und Freizeiten). Auch Betreuung in der eigenen Wohnung (Ambulant Betreutes Wohnen) bietet die PSKB an.

Die Zahl der psychischen Erkrankungen hat in den letzten Jahren drastisch zugenommen. Aus dem BKK Gesundheitsreport 2016 geht hervor, dass psychische Erkrankungen die dritthäufigste Diagnosegruppe bei Krankschreibungen ausmacht, wobei die Krankheitsdauer hierbei dreimal so hoch ist wie bei anderen Erkrankungen.

Bereits im Jahr 1992 haben die WHO und der Weltverband für geistige Gesundheit (WFMH) den Welttag der seelischen Gesundheit ins Leben gerufen und den Leitsatz „Es gibt keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit“ geprägt. Hierbei soll auf die Belange von Menschen mit psychischen Erkrankungen aufmerksam gemacht werden.

**Hinweis:** Bei dieser Veranstaltung werden alle Hygiene- und Abstandregelungen eingehalten. Bitte bringen Sie einen Mund-Nase-Schutz mit.

**Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:**

Stefanie Bunk  
Projektleiterin der PSKB  
Rembrandtstr. 13b  
09111 Chemnitz  
Tel.: 0371 60048-48  
E-Mail: [s.bunk@stadtmission-chemnitz.de](mailto:s.bunk@stadtmission-chemnitz.de)