



**11. GÜTERSLOHER WOCHEN
DER SEELISCHEN
GESUNDHEIT**

- MO 22.09. »KARPALTUNNELSYNDROM«
VORTRAG UND DISKUSSION
Wer: Dr. med. Wolfgram Demmer
Wo: Klinikum Gütersloh, Reckenberger Str. 19,
33332 Gütersloh, im Vortragssaal
Wann: 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
- FR 26.09. »MIT GLÜCK UND AKTION DAS LEBEN
WAHRNEHMEN«
AKTION, KUNST UND OFFENE BEGEGNUNGEN
Wer: wertkreis Gütersloh gGmbH
Wo: Cafe Röstwert, Berliner Str. 14, 33330 Gütersloh
Wann: 13:00 Uhr bis 17:30 Uhr
Kosten: Am Glücksrad drehen ist kostenfrei, Spende erwünscht
- »KLÄNGE UND ACHTSAMKEIT«
WORKSHOP
Wer: Maria Wöstemeyer Hampe
(MBSR-Achtsamkeit Lehrerin und Klangtherapeutin /
Pädagogin, Klang-Quelle-Verl)
Wo: Klangquelle Verl, Goethestr. 21, 33415 Verl
Wann: 1. Gruppe von 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr
2. Gruppe von 17:15 Uhr bis 18:45 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Anmeldung bitte per E-Mail an
klangquelleverl@gmail.com
oder telefonisch **0176 / 72 64 71 35**
oder **05246 / 70 37 40**

- SA 27.09. »MENTALE GESUNDHEIT IN DER AUSBILDUNG UND IM DUALEN STUDIUM«
WORKSHOP
- Wer:** IG Metall Geschäftsstelle Gütersloh-Oelde
Franz Baßler, Amin Benzerga (IG Metall Chemnitz)
- Wo:** Bahnhofstr. 8, 33378 Rheda-Wiedenbrück
- Wann:** 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr
- Kosten:** Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
- Zielgruppe:** Auszubildende und dual Studierende
- Hinweis:** Bitte melde dich an unter guetersloh-oelde@igmetall.de
- MO 29.09. POWER PILATES
WORKSHOP
- Wer:** Kirstin Bernstein-Rivers
- Wo:** Sportpark Elan, Westfalenweg 2, 33332 Gütersloh
- Wann:** 08:00 Uhr bis 09:00 Uhr
- Kosten:** Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
- DI 30.09. ERÖFFNUNG DER WOCHEN DER SEELISCHEN GESUNDHEIT
»WIE ICH ICH WURDE: DER WEG MEINER TRAUMAHEILUNG«
LESUNG UND DISKUSSION
- Wer:** Kathie Kleff
- Wo:** Stadtbibliothek Gütersloh, Blessenstätte 1, 33330 Gütersloh
- Wann:** 19:30 Uhr
- Kosten:** Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
- MI 01.10. »STRESSFAKTOR ARBEITSLOSIGKEIT«
IMPULSVORTRAG
- Wer:** Alina Büyükdag (Arbeitsmarktintegrative Gesundheitsförderung,
Team Gesundheit Bielefeld)
- Wo:** Stadtbibliothek Gütersloh, Blessenstätte 1, 33330 Gütersloh
- Wann:** 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr
- Kosten:** Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
- Hinweis:** Anmeldungen unter aig@teamgesundheit.de
- »IN DIE SONNE SCHAUEN«
FILMVERANSTALTUNG MIT AUSTAUSCH IM GESPRÄCH
- Wer:** Recovery College Gütersloh, Bürgerstiftung Gütersloh
- Wo:** Kino »bambi & Löwenherz«, Bogenstr. 3, 33330 Gütersloh
- Wann:** 19:00 Uhr
- Kosten:** Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

- DO 02.10. YOGA WALK
WORKSHOP
- Wer:** Kirstin Bernstein-Rivers
Wo: Parkbad, Am Parkbad 7, 33332 Gütersloh
Wann: 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
- SA 04.10. YIN YOGA
WORKSHOP
- Wer:** Kirstin Bernstein-Rivers
Wo: Sportpark Elan, Westfalenweg 2, 33332 Gütersloh
Wann: 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Es ist keine Voranmeldung erforderlich
- DI 07.10. »PSYCHISCHE FOLGEN DES SCHLAGANFALLS«
ZOOM-VORTRAG
- Wer:** Deutsche Schlaganfall Hilfe
Dr. Simon Ladwig (Wissenschaftlicher Mitarbeiter im Bereich Klinische Neuropsychologie & Psychotherapie, Universität Bielefeld)
- Wo:** Digital
Wann: 17:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Anmeldungen mit Stichwort »Digitale Reihe« bei veranstaltung@schlaganfall-hilfe.de
- »TANZEN FÜR DIE SEELE – TANGO ARGENTINO KENNEN LERNEN!«
KURZVORTRAG UND SCHNUPPERSTUNDE
- Wer:** Vortrag: Dr. Christiane Rasmus
Schnuppern: Hildegard Winkler und Michael Buchner
Wo: La Guardilla, Im Füchtei 150, 33334 Gütersloh
Wann: 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Bitte leichte Schuhe mit sauberer, glatter Sohle mitbringen
- MI 08.10. KOCHABEND MIT TRAUERNDEN
- Wer:** Ambulante Hospizgruppe Verl und Droste-Haus Verl
Wo: Droste Haus Verl, Schillingsweg 11, 33415 Verl
Wann: 18:00 Uhr
Kosten: 38 Euro pro Person
Hinweis: Um eine Anmeldung wird gebeten unter Telefon **05246/29 73** oder über die Homepage, **Kursnummer 624**

MI 08.10. »MIT ANLAUF IN DIE TRAUERPFÜTZE –
KINDERTRAUER VERSTEHEN UND BEGLEITEN«
VORTRAG

Wer: Wolkenschieber Gütersloh e.V.,
Linda Hüllbrock (Familientrauerbegleiterin,
Wolkenschieber Gütersloh e.V.)
Wo: Winkelstr. 1, 33332 Gütersloh (1. OG, nicht barrierefrei)
Wann: 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Um Anmeldung wird gebeten unter
kinder@wolkenschieber-ev.de

»UND WER HILFT MIR?«
VORTRAG UND DISKUSSION

Wer: Elfriede Strutz (Krisendienst für den Kreis Gütersloh e.V.)
Wo: Industrie Café, Friedhofstr. 29, 33330 Gütersloh
Wann: 19:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

DO 09.10. »FAMILIENPLANUNG FÜR FRAUEN«
VORTRAG

Wer: Samira Kablo (GiGel-Gesundheitslotsin), Almuth Duensing (pro familia)
Wo: Diakonie Gütersloh e.V., Kirchstr. 10A, 33330 Gütersloh
Wann: 10:30 Uhr bis ca. 12:15 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

»IN DEN SAUREN APFEL BEISSEN –
WISSENSWERTES ZUM THEMA ESSSTÖRUNGEN«
VORTRAG

Wer: Maike Czekala
Wo: IKK classic, Wiedenbrücker Str. 41, 33332 Gütersloh (Eingang vom Südring)
Wann: 19:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

»SELBSTFÜRSORGE IM ALLTAG – BEWUSST, ACHTSAM, STÄRKEND«
WORKSHOP

Wer: Süheyla Giriskan (Krisendienst für den Kreis Gütersloh e.V.)
Wo: Bernhard-Salzmann-Klinik, Buxelstr. 50, 33334 Gütersloh, Raum 077
Wann: 19:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

- DO 09.10. »SEELISCHE GESUNDHEIT IST LERNBAR«
SCHNUPPERANGEBOT IM RECOVERY COLLEGE GÜTERSLOH-OWL
- Wer:** Recovery College Gütersloh-OWL
Wo: LWL-Klinikum Gütersloh, Buxelstr. 50, 33334 Gütersloh, Haus 55
Wann: 17:00 Uhr bis 19:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Es ist keine Anmeldung erforderlich.
Weitere Informationen unter www.rcgt-owl.de
- »PSYCHISCHE GESUNDHEIT UND DATENSCHUTZ IM NETZ –
DIE ELEKTRONISCHE PATIENTENAKTE EPA«
VORTRAG UND DISKUSSION
- Wer:** Dirk Langert (Regionalleiter IKK Classic),
Dr. Thilo Weichert (Vorstandsmitglied des Digitalcourage e.V.)
Wo: Stadtbibliothek Gütersloh, Blessenstätte 1, 33330 Gütersloh
Wann: 19:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
- FR 10.10. ESSEN FÜR KÖRPER UND SEELE
Gütersloher Bündnis gegen Depression e.V.
- Wo:** Flussbetthotel, Wiesenstr. 40, 33330 Gütersloh
Wann: 18:00 Uhr bis 22:00 Uhr
Kosten: 20 Euro (im Preis sind das Buffet und der Sektempfang enthalten)
Hinweis: Karten können bei Frau Steinbeck (Gisela.Steinbeck@lwl.org)
erworben werden. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt

Hinweis: Bitte informieren Sie sich vor den Veranstaltungen über etwaige Programmänderungen auf der Homepage des LWL-Klinikums Gütersloh unter der Adresse www.lwl-klinik-guetersloh.de. Aktuelle Informationen zu den Gütersloher Wochen der Seelischen Gesundheit finden Sie über das Inhaltsverzeichnis unter »Für Patienten & Angehörige« > »Veranstaltungen«.

Zur Homepage des LWL-Klinikums gelangen Sie ebenfalls über diesen QR-Code:



Die Organisation der 11. Gütersloher Wochen der seelischen Gesundheit wird unterstützt von:



Gütersloher Bündnis gegen Depression e.V.
Buxelstraße 50, 33334 Gütersloh

Unterstützen Sie die Gütersloher Wochen der seelischen Gesundheit und die Arbeit des Gütersloher Bündnisses gegen Depression e. V. durch eine Spende.

Sparkasse Gütersloh-Rietberg, IBAN DE55 4785 0065 0000 4971 40