

Freiluft-Ausstellung



STEIN EGERTA

Wie kann ich
meiner Gesundheit
Sorge tragen?

Wann fühle
ich mich
so richtig gut?

Was tue
ich im Alltag,
das mir
gut tut?

10 Impulse für psychische Gesundheit

Vernissage: Donnerstag, 29. August 2019,
18.00 Uhr

Ausstellungsdauer: 29. August - 15. November 2019

Ort: Stein Egerta, 9494 Schaan



Ostschweizer Forum für

PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Die Freiluftausstellung
«**10 Impulse für psychische Gesundheit**» ist
eine Kooperation von



im Auftrag von: Amt für Gesundheit, Liechtenstein.

Vernissage:

Donnerstag, 29. August 2019, 18.00 Uhr

Stein Egerta (bei jeder Witterung)

Begrüssung: Mag. Gabi Jansen, Studienleiterin

Einleitende Worte zum Ostschweizer Forum für
Psychische Gesundheit: Amtsleiter Peter Gstöhl

«Gesundheit und Seelsorge»:

Dompfarrer von Feldkirch und Generalvikar
Msgr. Rudolf Bischof

Musik: Camilo Sanchez Gomes

Anschliessend **Apéro**.

Ausstellungsdauer: 29.8.- 15.11.2019

Keine Anmeldung erforderlich; kostenfrei.

Psychisches Wohlbefinden

ist keine Selbstverständlichkeit.

Die Wissenschaft geht aktuell davon aus, dass nahezu die Hälfte der Menschen irgendwann in ihrem Leben an einer psychischen Störung erkrankt. Um mehr Wissen zu psychischer Gesundheit und über mögliche Schutzfaktoren in der Bevölkerung anzubieten, zeigt die Erwachsenenbildung Stein Egerta im Herbst 2019 eine attraktive Freiluft-Ausstellung zu diesem wichtigen Thema.

Auf 11 Tafeln mit kurzen, informativen Texten finden sich **10 Impulse für psychische Gesundheit** sowie eine Tafel zum Thema psychische Erkrankungen. Diese Tafeln finden sich im Hof des Anwesens Stein Egerta. Die Texte und Reflexionsfragen können beim Vorbeigehen gelesen werden und sollen zum Nachdenken und zum Austausch über das psychische Wohlbefinden anregen.

Die Besucherinnen und Besucher erfahren, wie sie ihre **eigene psychische Gesundheit stärken** können, wann professionelle Hilfe gefragt ist und wo Betroffene Unterstützung finden.

An einer der Tafeln finden sich in einer Box zusätzliche **Infolyer zum Mitnehmen**.

Weitere interessante Anlässe in Liechtenstein:

Workshop:

«**Selbstfürsorge – für gute Gefühle sorgen**»

Dienstag, 17.9.2019, 09.00 Uhr, Schaan

Vortrag:

«**Mut in schwierigen Zeiten**»

Dienstag, 17.9.2019, 19.30 Uhr, Eschen

Fortbildung für Fachpersonen:

«**Body to Brain**» (Basic und Level I)

Mittwoch, 18.9. + 23.10.2019, jeweils 09.00 Uhr, Schaan

Vortrag:

«**Bleib cool – Überlebensstipps für den Arbeitsalltag**»

Montag, 21.10.2019, 19.30 Uhr, Schaan

Theater zum Tag der psychischen Gesundheit:

«**Grosse kleine Schwester**»

Mi/Do, 30./31.10.2019, jeweils 20.00 Uhr, Vaduz

Kurs:

«**Erste Hilfe für die Seele**» (3 Abende)

Mittwoch, 6.11.2019, 19.00 Uhr, Schaan

Vortrag:

«**Stolpersteine auf dem Weg ins Glück**»

Dienstag, 12.11.2019, 19.30 Uhr, Schaan

Talk im Kunstmuseum:

«**Dialog über das Menschliche in Zeiten der Wende**»

Donnerstag, 5.12.2019, 18.00 Uhr, Vaduz

Details, weitere Anlässe und zusätzliche Infos:

www.ofpg.ch

Stand der Infos: 21.5.2019