

Vortragsreihe des Sozialpsychiatrischen Dienstes Dillingen zum Thema: **„Psychische Gesundheit“**

Dienstag, 20.02.2024

„Wenn Angst zum ständigen Begleiter wird“

Referentin: Laura Kabashi, B.A. Erziehungswissenschaft

Mittwoch, 20.03.2024

**„Schlafstörungen und Dauermüdigkeit-
Wenn der Schlaf keine Erholung mehr bringt“**

Referentin: Janet Wolke, Diplom-Sozialpädagogin (FH)

Mittwoch, 24.04.2024

„Ist gelingendes Leben ohne Erwerbsarbeit möglich?“

Referent: Ulrich Keuch, Diplom-Sozialarbeiter (FH)

Mittwoch, 15.05.2024

**„Resilienz –
Psychische Widerstandsfähigkeit stärken“**

Referentin: Yvonne Kaleja, Psychologin (M.Sc.)

Mittwoch, 26.06.2024

**„Nach psychischer Erkrankung zurück
ins Arbeitsleben“**

Referentin: Tanja Weil, Genesungsbegleiterin

Montag, 22.07.2024

„Persönliche Stressverstärker erkennen“

Referent: Herbert Hartmann, Diplom-Sozialpädagoge (BA)

Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung möglich.

**Alle Termine finden um 17:30 Uhr im Caritas-Zentrum – Konferenzraum, 1. Stock,
Am Reitweg 2, 89407 Dillingen statt.**

Caritasverband Dillingen, Sozialpsychiatrischer Dienst
Am Reitweg 2, 89407 Dillingen/Donau
Telefon: 09071/70579-23, FAX: 09071/70579-29
Email: spdi@caritas-dillingen.de
Homepage: www.caritas-dillingen.de

