

05.11.2021

## **"Starke Seele trotz(t) Krise" – Livestream zum Tag der Seelischen Gesundheit am 13. November**

Der Tag der seelischen Gesundheit, veranstaltet von den Städten Ludwigshafen, Frankenthal und dem Rhein-Pfalz-Kreis, findet in diesem Jahr am Samstag, 13. November 2021, unter dem Motto "Starke Seele trotz(t) Krise" statt. Wie im vergangenen Jahr sind alle Programmpunkte als Live-Stream im Internet zu sehen, und zwar auf [www.woche-der-seelischen-gesundheit.de](http://www.woche-der-seelischen-gesundheit.de) und auf dem YouTube-Kanal der Stadt Ludwigshafen ([www.youtube.com/StadtLudwigshafen](http://www.youtube.com/StadtLudwigshafen)). Übertragen werden sie dieses Mal von 10.30 Uhr bis 15.30 Uhr aus dem Vortragssaal der Volkshochschule (VHS) Ludwigshafen. Eröffnet wird die Veranstaltung um 10.30 Uhr von Sozialdezernentin Beate Steeg.

Die Organisator\*innen des Tags der seelischen Gesundheit – Andrea Hilbert (Kordinatorin für Gemeindepsychiatrie der Stadt Ludwigshafen), Melanie Krebs (Kordinatorin für Gemeindepsychiatrie der Stadt Frankenthal) und Dennis Tamke (Leiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes und Koordinator für Gemeindepsychiatrie des Rhein-Pfalz-Kreises) – haben gemeinsam mit ihrem Organisationsteam, an dem viele Kooperationspartner\*innen aus der Region jedes Jahr beteiligt sind, bei den Vorbereitungen auch wieder die aktuelle Pandemie-Situation mit einbezogen – nicht nur bei der Art der Veranstaltung, sondern auch beim Thema: In diesem Jahr steht Resilienz im Vordergrund. Resilienz als Fähigkeit, mit Veränderungen umgehen zu können und auch kritischen Situationen standhalten zu können, ohne psychisch krank zu werden, ist generell im Leben eines Menschen von Bedeutung, aber zum Beispiel in Krisen- oder Pandemiezeiten besonders wichtig.

Am Vormittag ab 10.45 Uhr referiert M. Sc. Psych. Svenja Linz vom Leibniz-Institut für Resilienzforschung in Mainz zum Thema "Resilienz – was die Seele stark macht". Um 11:45 Uhr lädt Connie Henning vom Windhorse Projekt Frankenthal zu einer Klangschalenmediation ein. Zwischen 12 und 13.30 Uhr gibt es eine Mittagspause, bevor ab 13.30 Uhr kurze Filmbeiträge zu unterschiedlichen Beratungsangeboten in der Region gezeigt werden. Ab 14 Uhr wird in einem Expertengespräch Starke "Seele trotz(t) Sucht – Krisen sind kein Grund zum Trinken" verdeutlicht, welchen Beitrag Selbsthilfe zur Bewältigung von Krisensituationen leisten kann. Daran nehmen Vertreter\*innen des Blauen Kreuzes Ludwigshafen und Frankenthal in Zusammenarbeit mit der Suchtberatungsstelle Frankenthal teil.

Besonders wichtig ist es, auch in Krisenzeiten nie den Humor zu verlieren. Die therapeutische Wirkung von Lachyoga können die Zuschauer\*innen des Live-Streams ab 15 Uhr selbst am eigenen Leib erfahren. Den Tag der seelischen Gesundheit beziehungsweise in früheren Jahren meist eine ganze Woche der seelischen Gesundheit veranstalten die Städte Ludwigshafen, Frankenthal und der Rhein-Pfalz-Kreis bereits seit 21 Jahren. Im vergangenen Jahr fand der Tag der seelischen Gesundheit erstmals als Live-Stream statt, er wurde unter dem Motto "Gemeinsam durch die Krise(n)" aus dem "Gleis 4" in Frankenthal gesendet. Im Jahr 2019 lautete das Motto der Veranstaltung "Seelisch gesund im Alter".

Der diesjährige Live-Stream ist eine Zusammenarbeit mit OK TV Ludwigshafen. Auch auf OK TV wird die Veranstaltung übertragen. Der Tag der Seelischen Gesundheit wird unterstützt von: Sparkasse Vorderpfalz, Sparkasse Rhein-Haardt, AOK Die Gesundheitskasse, BASF SE und Printart.

