



Что такое депрессия и где искать помощь?

20 июня 2017, 18.00-19.30

В общественном центре KonTakt,
Katernberger Markt 4, 45327 Essen

Докладчик: Игорь Либерчук

Магистр Психологии, LVR-Klinikum Essen
Модератор: Валентина Гётте
Социальный работник, председатель
общественного объединения „Форум
российских немцев города Эссена“

Грусть и подавленность - естественные
аспекты (natürliche Aspekte) нашей жизни.
Однако в затяжной форме (in fortbestehender
Form), эти эмоции могут быть признаками
депрессии. Депрессия - это серьезное
психическое расстройство. Какие признаки
следует принимать всерьез? Когда стоит
обратиться к врачу? Депрессия излечима, но
какое именно лечение, какой именно путь
самый подходящий для меня? И если это
касается близких, как я могу им помочь?

Мы приглашаем Вас принять участие в
презентации и дискуссии! Это мероприятие
является бесплатным и не требует
предварительной регистрации.

Referent: Igor Liberchuk, M. Sc.-Psychologe,
LVR-Klinikum Essen

Moderation: Valentina Götte, Sozialarbeiterin,
Vorstand Forum Russlanddeutsche
in Essen e.V.

Immer dienstags, 18-19.30 Uhr

16. Mai, 23. Mai und 30. Mai 2017

Depressionen – Wir reden darüber (deutsch)

06. Juni 2017

Depresyon – Derdini söylemeyen derman bulamaz

13. Juni 2017

افسردهگی: بحث و گفتگویی به زبان فارسی

20. Juni 2017

Что такое депрессия и где искать помощь?

Veranstaltungsort:

Bürgerzentrum KonTakt
Katernberger Markt 4
45327 Essen

Sie erreichen das Bürgerzentrum KonTakt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Haltestelle Katernberger Markt
Straßenbahn 107
Bus 170

Kontakt:

WIESE e.V. Beratungsstelle für Selbsthilfe
Pferdemarkt 5, 45127 Essen

Tel.: 0201-20 76 76

Mail: selbsthilfe@wiesenetz.de

Web: www.wiesenetz.ruhr

FB: www.facebook.com/selbsthilfeberatung.essen



Veranstalter:

Bürgerzentrum KonTakt, Essener Bündnis gegen Depression,
Essener Netzwerk der Depressions-Selbsthilfegruppen,
WIESE e.V., Wohn- und Betreuungsverbund Markus-Haus

Veranstaltungsreihe im Bürgerzentrum KonTakt in Essen-Katernberg



Depression · Depresyon депрессия · افسردهگی Wir reden darüber

16. Mai–20. Juni 2017

Immer dienstags, 18-19.30 Uhr

Veranstaltungen in deutscher, türkischer,
russischer Sprache und in Farsi





Wir laden alle Interessierten ein, mehr über die Erkrankung zu erfahren. Hören Sie, wie Andere die Krankheit bewältigen, diskutieren Sie mit und stellen Sie Fragen, wenn Sie mögen. Wir wollen eben darüber reden.

Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Voranmeldung ist nicht notwendig.

16. Mai 2017

Schlecht drauf oder depressiv?

mit Regine Schmelzer, Dipl.-Psychologin, psychologische Psychotherapeutin

Was unterscheidet Traurigkeit von einer Depression? Welche Anzeichen sollte ich ernst nehmen? Wann ist es sinnvoll einen Arzt aufzusuchen?

23. Mai 2017

Wege aus dem Tief

mit Regine Schmelzer, Dipl.-Psychologin, psychologische Psychotherapeutin

Depressionen sind heilbar. Welche Wege haben anderen betroffenen Menschen geholfen? Welcher Weg erscheint mir persönlich hilfreich?

30. Mai 2017

Wie gehe ich als Angehöriger mit der Erkrankung um?

mit Jane Splett, Verwaltungsdirektorin, Vorsitzende Essener Bündnis gegen Depression

Was sollte ich als Angehöriger wissen? Wie kann ich dem Betroffenen helfen?

Moderation: Gabriele Becker, WIESE e.V.



06. Haziran 2017, saat 18-19.30 arası
Depresyon - Dardini söylemeyen derman bulamaz

Yer: Bürgerzentrum KonTakt,
Katernberger Markt 4, 45327 Essen

Uzman konuşmacı: Meral Renz, Dipl.-Pedagog,
Psikoterapist

Sunum: Jale Yildiz, Dipl. Pedagog.,
WBV Markus-Haus Essen

Üzüntü ve isteksizlik hayatın bir parçasıdır. Fakat bu hisler uzun zaman sürerse depresyondan bahsedilir. Depresyon ciddiye alınması gereken psikolojik bir hastalıktır.

Depresyonun belirtileri nelerdir, profesyonel yardım hangi durumlarda gerekli olur ve depresyonun tedavisi nasıldır?

Hangi belirtileri ciddiye almak gerekir?

Ne zaman bir uzmana başvurmak gerekir? Depresyon tedavi edilebilir bir hastalıktır, lakin depresyona yakalanmış bir hasta veya bir hasta yakını olarak neler bilmeliyiz, neleri dikkate almalıyız?

Toplantımız bu gibi benzer sorulara ve düşüncelere yer veriyor.

Sizleri depresyonla ilgili ücretsiz olan toplantımıza davet ediyoruz.

Referentin: Meral Renz, Dipl.-Sozialarbeiterin,
Psychotherapeutin in eigener Praxis

Moderation: Jale Yildiz, staatlich anerkannte
Sozialarbeiterin BA, Markus-Haus



افسردگی - بحث و گفتگویی به زبان فارسی

صمیمانه برای بحث و گفتگو از شما دعوت بعمل میاوریم. این برنامه بطور رایگان است و نیاز به ثبت نام قبلی نیست.

تاریخ برگزاری : 13 ژوئن 2017
ساعت برگزاری: 18:00-19:00

محل برگزاری : سالن اجتماعات
KonTakt (Bürgerhaus)
Katernberger Markt 4
Essen 45327

سخنران : دکتر م. رضا ضرغامی
پزشک ارشد کلینیک کاتولیک، کلینیک روان و دردهای ناشی از مسائل روحی و روانی
گرداننده برنامه: فرخ حسینی، گروه خودیاری «زنان ایرانی و افسردگی»

اندوه و نداشتن انگیزه بخشی از زندگی است. وقتی این احساس تداوم مییابد، ممکن است ریشه در افسردگی داشته باشد.

افسردگی یک بیماری روحی و روانی است که باید جدی گرفته شود.

چه نشانه ها و حالات و علائمی را باید جدی تلقی کرد؟ چه زمانی لازم و منطقی است که به پزشک مراجعه شود؟ افسردگی بیماری درمان پذیری است، اما راه مناسب برای درمان چیست؟

و اگر اطرافیان ما از این بیماری در رنجند، چگونه میتوانیم به آنان کمک کنیم؟

Referent: Dr. M. Reza Zarghami, Oberarzt,
Kath. Klinikum, Klinik für Psychiatrie
und Psychosomatik

Moderation: Faroch Hosseini,
Selbsthilfegruppe iran. Frauen
und Depressionen