



BRÜCKE
FLENSBURG

EINLADUNG

Das Präventionsprojekt der
BRÜCKE FLENSBURG meets
Aktionswoche Seelische Gesundheit

16. – 18. OKTOBER 2019

**Liebe Kolleg*innen,
liebe Nutzer*innen,
liebe Interessierte,**

das Team des Präventionsprojekts möchte ganz herzlich zur Veranstaltungsreihe im Rahmen der **Aktionswoche Seelische Gesundheit vom 16. – 18. Oktober** einladen. Euch / Sie erwartet ein abwechslungsreiches Programm rund um das Thema seelische Gesundheit.

„Warum reden hilft“ – Die Autorin und Bloggerin Dominique de Marné spricht über ihre eigenen Erfahrungen als Betroffene und ihre Arbeit als Mental-Health-Advokatin.

Wir freuen uns auf euer/Ihr Kommen.
BRÜCKE FLENSBURG



Dominique de Marné: Sie hat Psychologie und Kommunikationswissenschaft studiert und ist als Bloggerin und Mental-Health-Advokatin aktiv.

PROGRAMM

Mittwoch

16. Oktober

18.00 Uhr

Tagesstätte Brücke Flensburg
Waitzstraße 3, Flensburg

Filmabend

Silver Linings

mit anschließender Diskussion.

**In Kooperation mit der Jungen
Selbsthilfe (KIBIS)**

Zur Einstimmung auf den Film spricht Thor Schleunes, Diplom-Psychologe aus der DIAKO Flensburg, wie Menschen in Krisensituationen gut unterstützt werden können – nicht nur von Fachpersonen, sondern auch von den Menschen, die ihnen nahe stehen. Nach der Vorführung gibt es die Möglichkeit, sich über den Film auszutauschen und Fragen zu stellen.

Donnerstag

17. Oktober

Ab 15.30 Uhr

Leihverkehrs- und
Ergänzungsbibliothek (LEB)
Waitzstraße 5, Flensburg

Vortrag

**Warum normal sein
gar nicht so normal ist ...
und warum reden hilft**

von Dominique de Marné mit
anschließendem Expert*innen-
gespräch.

Ab 15.30 Uhr: Ankommen

–

16.00 Uhr: Begrüßung

Grußworte von Dirk Johannsen

Auf Kurs: Seelische Gesundheit –
Das Team des Präventionsprojekts
stellt sich und seine Arbeit vor.

–

**16.30 Uhr: Vortrag von
Dominique de Marné**

Dominique de Marné ist Expertin
in zweifacher Hinsicht: Sie spricht
offen über ihre eigenen Erfahrungen
mit Borderline, Alkoholabhängigkeit
und Depression und hat Psychologie
und Kommunikationswissenschaft
studiert. Mit ihrer Arbeit als Autorin,
Bloggerin und Mental-Health-Advo-
katin macht sie anderen Betroffenen
Mut. Sie setzt sich dafür ein, dass
psychische Probleme irgendwann ein
genauso normales (Gesprächs-)Thema
sind wie ein gebrochenes Bein.

–

Im Anschluss: Expert*innengespräch

**Eine Depression ist doch
(k)lein Beinbruch**

Was muss sich für einen vorurteils-
freien Umgang mit psychischen
Erkrankungen verändern?

–

**Ausklang: Mit Möglichkeit zum
Austausch, Imbiss, Musik und
Büchertisch.**

Max. Teilnehmer*innenzahl: 80¹

Freitag

18. Oktober

9.30 – 12.00 Uhr

Leihverkehrs- und
Ergänzungsbibliothek (LEB)
Waitzstraße 5, Flensburg

Workshop

**Wie kann ich mit
den Chancen und
Herausforderungen
einer psychischen
Erkrankung umgehen?**

von und mit Dominique de Marné.

Max. Teilnehmer*innenzahl: 30¹

Kosten: 20 € (Ermäßigung möglich)

ANMELDUNG

¹Für die Veranstaltung am 17.10.
sowie den Workshop am 18.10.
bitten wir um Anmeldung
bis zum 10. Oktober:

telefonisch

0461 - 430101-15

oder per Mail

praevention

@bruecke-flensburg.de