

AKTIONSTAGE PSYCHISCHE GESUNDHEIT IM AARGAU

10. September bis 19. November 2015

www.ag.ch/aktionstage



**GEMEINSAM STATT EINSAM –
WIR MACHEN PSYCHISCHE GESUNDHEIT
ZUM THEMA.**



2. AKTIONSTAGE PSYCHISCHE GESUNDHEIT IM AARGAU

Es wäre vermessen zu behaupten, dass es sich um eine Tradition handelt, wenn ein Anlass zum zweiten Mal stattfindet. Aber die Aktionstage Psychische Gesundheit im Aargau haben alles in sich, was es braucht, um eine Tradition zu begründen: 19 Institutionen, auf den ganzen Kanton verteilt, mit Schwerpunkten in den unterschiedlichen Lebensbereichen und Akzenten in jedem Alterssegment arbeiten zusammen an einem vielfältigen Programm mit zahlreichen Anlässen.

Psychische Gesundheit hat viele Facetten: persönliches Wohlbefinden, Lebenszufriedenheit, Selbstbewusstsein, Beziehungsfähigkeit, Fähigkeit und Möglichkeit einer Arbeit nachgehen zu können. All das ist für jeden Einzelnen und für unsere Gesellschaft nicht selbstverständlich: Jede siebte Person in unserem Kanton gilt als mittel bis stark belastet.

Stärken, Fördern und Erhalten der Psychischen Gesundheit ist das Ziel. Wir sind auf dem Weg. Gemeinsam. Ich freue mich auf die diesjährigen Aktionstage.



Regierungsrätin Susanne Hochuli,
Vorsteherin des Departements Gesundheit und Soziales,
Kanton Aargau

**ES WURDE PLÖTZLICH DUNKEL UND
KALT, MIT EINEM SCHLAG. NICHT NACHT,
ABER DER HIMMEL WURDE EINFACH
VERDUNKELT VON EINER RIESIGEN
SCHWARZEN FLEDERMAUSHAND MIT
KRALLEN.**

ACHTERBAHN. EIN STÜCK ÜBER LEBEN.

**Theaterpädagogischer Workshop
für Oberstufenklassen
Donnerstag, 10. September 2015
Weltsuizidpräventionstag**

Schülerinnen und Schüler der Kreisschule Oberes Seetal KSOS wissen vermutlich genau, was eine Achterbahnfahrt ist. «ACHTERBAHN. Ein Stück über Leben.» ist ein theaterpädagogischer Workshop, ausgehend von einem kurzen Theaterstück. Eine Schauspielerin und ein Schauspieler kommen zu vier Oberstufenklassen der KSOS ins Schulzimmer. Fragen nach dem Sinn des Lebens und das Gespräch über eigene und fremde Probleme stehen bei dieser Begegnung im Zentrum.



Michael Lutz,
Schulleiter der KSOS



Schauspieler Tatjana Steinbichl
und Erich Slamanig

Veranstaltungen für:
3b/4b Realschule Sarmenstorf
3a Bezirksschule Fahrwangen
4a Sekundarschule Meisterschwanden
4a Realschule Meisterschwanden

Für weitere interessierte Schulen:
theaterpaedagogik.iwb.ph@fhnw.ch



PSYCHISCH BEEINTRÄCHTIGT UND TROTZ- DEM ZUR ARBEIT – «ZRUGG AD BÜEZ»

Podiumsdiskussion zum Thema Arbeit
Montag, 14. September 2015

Mit dieser Veranstaltung möchten wir Arbeitgeber ermuntern, psychisch beeinträchtigte Personen im 1. Arbeitsmarkt einzustellen, um ihnen damit eine Chance für ein besseres Leben und Wohlbefinden zu geben.

Begrüssung und Moderation:

Doris Benker, anker – Verein für psychisch Kranke Aargau

Einführungsreferat:

Dr. med. Birgit Kräuchi, Zentrumsleiterin und Chefärztin,
Psychiatrie und Psychotherapie ambulant (ZPPA), PDAG

Podiumsdiskussion:

Leitung, John Steggerda, Pro Infirmis; Bernhard Dubs, Arbeitscoach anker/PDAG;
Bruno Graf, Leiter RAV Suhr; Dr. med. Birgit Kräuchi, ZPPA, PDAG; Philip Schneider,
Rechtsanwalt/Mediator, AIHK Aarau



Dr. med. Birgit Kräuchi,
Zentrumsleiterin und Chefärztin,
Psychiatrie und Psychotherapie
ambulant, Psychiatrische Dienste
Aargau AG

Roter Turm, Baden
17.15 Uhr Apéro riche
18.00 Uhr Beginn der Veranstaltung

Die Veranstaltung ist kostenlos.
Keine Anmeldung erforderlich.

Weitere Informationen: www.anker-aargau.ch



AUCH WIR WOLLEN ARBEITEN – DENN
ARBEIT BEDEUTET LEBENSQUALITÄT.

VOM UMGANG MIT SUCHTMITTELN

Vortrag
Donnerstag, 17. September 2015

Der Konsum von Suchtmitteln gehört in unserer Gesellschaft zum Alltag. Bei Jugendlichen sind es in der Regel zunächst Zigaretten und Alkohol, dann auch andere Suchtmittel. Später kommen ein Bier oder ein Glas Wein am Abend hinzu, ob zur Entspannung, zur Belohnung oder aus Gewohnheit – in Gesellschaft oder auch allein. Um dem steigenden Leistungsdruck stand zu halten, greifen viele auf Ritalin oder Kokain zurück. So überwinden sie Müdigkeit und überstehen Prüfungen. Am Abend hilft die Schlaftablette zum Abschalten. Selbst die Zigarette dient häufig dem Erhalt oder der Steigerung der Konzentration.

Was ist ein verantwortungsvoller Umgang mit Suchtmitteln? Wann wird der Konsum zum Problem? Wer ist betroffen? Was sind erste Anzeichen einer Sucht? Wie kann Betroffenen geholfen werden?

Sie möchten es wissen? Kommen Sie zum Vortrag.
Das Detailprogramm finden Sie auf Seite 41.



PD Dr. med. Monika Ridinger,
Zentrumsleiterin und Chefärztin
Suchtpsychiatrie und -psychotherapie,
Psychiatrische Dienste Aargau AG

Kultur- und Kongresshaus Aarau,
Saal 2, 18.00 – 19.30 Uhr

Anmeldung bis 11. September unter:
kommunikation@pdag.ch

**«GENIESSEN» SIE NOCH ODER
BRAUCHEN SIE'S SCHON?**

ZUSAMMEN UNTERWEGS SEIN ...

WELTALZHEIMERTAG 2015

Vortrag: Demenz bei jüngeren Menschen, Fokus-Preis-Verleihung der Alzheimervereinigung Aargau
Montag, 21. September 2015

Am 21. September finden in aller Welt vielfältige Aktivitäten statt, um die Öffentlichkeit auf die Situation der Menschen mit Demenz aufmerksam zu machen.

Programm:

19.00 Uhr: Katharina Müller leitet eine Selbsthilfegruppe für jüngere Betroffene. Sie wird über die Bedürfnisse und Ressourcen von Menschen mit Demenz vor dem Pensionsalter informieren.

20.00 Uhr: Mit dem Fokus-Preis der Alzheimervereinigung Aargau wird dieses Jahr ein Beispiel für gelungene Interaktionen zwischen Angehörigen und Pflegenden in herausfordernden Phasen der Demenz gewürdigt.

Ab 18.00 Uhr besteht die Möglichkeit einer geführten Besichtigung des neuen Wohn- und Pflegezentrums Im Lenz.



Katharina Müller, Pflegefachfrau HF,
DAS Demenz und Lebensgestaltung BFH,
Leiterin Selbsthilfegruppe Jungbetroffener
der Schweizerischen Alzheimervereinigung

SENIOfare Wohn- und Pflegezentrum Im Lenz
Niederlenzer Kirchweg 8, 5600 Lenzburg
19.00 Uhr, anschliessend Apéro

Die Veranstaltung ist kostenlos.
Für die Veranstaltung ab 19.00 Uhr ist
keine Anmeldung erforderlich.

Anmeldung für die Besichtigung des
Zentrums Im Lenz bis 14. September unter:
062 888 35 35
imlenz@seniocre.ch



GEMEINSAM UNTERWEGS IM RÜGEL-LABYRINTH

**Mit anderen Menschen gleichzeitig
das Labyrinth begehen
Mittwoch, 23. September 2015**

Erntefreude im Labyrinth – die Fülle der Natur erleben, danken, geniessen.

Mit anderen Menschen gleichzeitig das Labyrinth begehen – und doch ganz bei sich sein, es vom eigenen Standpunkt aus sehen und erleben. Was man auf den Weg mitnimmt, kann sich im Hin und Her verändern. Umwege, Richtungswechsel, neue Sichtweisen – und in der Mitte geschieht Umkehr, der Weg beginnt neu, er weist nach aussen, ins Weite.

Auch möglich für Familien mit Kindern ab Kindergarten, diese werden professionell angeleitet.

**AUF DEM WEG ZU MIR!
AUF DEM WEG ZUR MITTE!
AUF DEM WEG IN DIE NEUE JAHRESZEIT!**

Foto: Reformierte Landeskirche Aargau

Tagungshaus Rügel, Seengen
17.00 – 19.00 Uhr, anschliessend
fakultatives Nachtessen

Anmeldung bis 9. September mit
Anmeldeformular unter:
www.ref-aargau.ch/anmeldung

**WIR FÜHLEN UNS WOHL IN UNSEREM
KÖRPER UND TUN UNS GUTES.**

BODYTALK – EIN WORKSHOP ÜBER SCHÖNHEIT UND GESUNDES KÖRPERGEFÜHL

**Veranstaltung für Jugendliche,
Eltern und Lehrpersonen
Donnerstag, 24. September 2015**

Dieser Workshop gibt Eltern, Lehrpersonen und jungen Menschen einen Einblick, wie durch die Auseinandersetzung mit Schönheitsnormen, Körperkult und Medienbildern ein positiveres Selbstwertgefühl entwickelt werden kann. Der Bodytalk-Workshop regt dazu an, abwertende Gedanken zu Körper, Figur, Gewicht und Essen zu hinterfragen. Im Anschluss an den Workshop bietet sich im Rahmen eines Apéros die Möglichkeit, das Thema mit verschiedenen Fachpersonen zu vertiefen.

Dies ist eine Veranstaltung der Vernetzungsgruppe Essstörungen Aargau und dem Schwerpunktprogramm Gesundes Körpergewicht Aargau.

Mehr Informationen zum Konzept von Bodytalk finden Sie auf www.pepinfo.ch



Brigitte Rychen,
MAS FHZ in Prävention & Health Promotion,
Leiterin Fachstelle PEP am Inselspital Bern,
Projektleiterin des Projekts Bodytalk PEP

www.essstoerungen-aargau.ch

Neue Kantonsschule Aarau
19.00 – 21.00 Uhr, inklusive Apéro

Die Veranstaltung ist kostenlos.
Keine Anmeldung erforderlich.



**UNVERGESSLICHE MOMENTE –
DAS HERZ WIRD NICHT DEMENT.**



Foto: shutterstock

INFOMOBIL DER ALZHEIMERVEREINIGUNG

**Informationen auf vier Rädern zum Thema Demenz
im Oktober 2015**

Auf der Kantonstour mit dem InfoMobil macht die Alzheimervereinigung Aargau auf ihr umfassendes Angebot aufmerksam. Es bietet sich an jedem Standort die Gelegenheit, in einem persönlichen Gespräch Fragen im Zusammenhang mit Demenzerkrankungen zu stellen und Antworten zu erhalten. Informationen liefern auch die gedruckten Broschüren und Info-Blätter, die kostenlos abgegeben werden: Informationen zur Krankheit, Tipps für Angehörige und Betreuende, Material zu praktischen und rechtlichen Fragen und Auskünfte darüber, wo Hilfe und Unterstützung gefunden werden kann.



In allen Regionen des Kantons

Termine und Standorte unter:
www.alz.ch/ag oder in der Lokalpresse

**WIEDER VERGESSEN,
WO SIE ZU HAUSE SIND?**

EIN NEUES ZUHAUSE? DEMENZGERECHTE BETREUUNGS- UND WOHNFORMEN

**Öffentliche Veranstaltung
Donnerstag, 1. Oktober 2015
Tag der älteren Menschen**

Pro Senectute Aargau, die Reformierte und Römisch-Katholische Landeskirche, das Departement Gesundheit und Soziales sowie die Schweizerische Alzheimer-vereinigung Aargau laden Sie am «Tag der älteren Menschen» zur Diskussion über verschiedene Ansätze von Betreuungs- und Wohnformen für demenzbetroffene Menschen ein.

Aktuell leben in der Schweiz rund 116'000 Menschen mit Demenz. Gemäss Prognosen werden die Demenzfälle aufgrund der demografischen Entwicklungen bis 2050 auf 300'000 steigen.

Anlässlich der nationalen Demenzkampagne www.memo-info.ch stellen wir die Thematik der verschiedenen Betreuungs- und Wohnformen ins Zentrum. Fachpersonen werden uns Möglichkeiten und Grenzen aufzeigen.



PD Dr. Albert Wettstein,
Alt-Stadtarzt Zürich



Dr. Klara Obermüller,
Schriftstellerin und
Fernsehmoderatorin

Aarau, Kultur- und Kongresshaus
ab 19.00 – ca. 21.00 Uhr
«Marktstände» ab 18.00 Uhr

Anschliessend Apéro

Die Veranstaltung ist kostenlos.

Anmeldung erwünscht bis
25. September unter:
info@ag.pro-senectute.ch
www.ag.pro-senectute.ch
062 837 50 70



Gastpartner:





DEPRESSION – WIE WEITER? WAS GESCHIEHT MIT MIR, MIT MEINER FAMILIE, MEINEN FREUNDEN, AM ARBEITSPLATZ?

**Matinée mit dem Film
«HELEN» von Sandra Nettelbeck
4., 11. und 18. Oktober 2015**

**GEMEINSAM
SIND WIR STARK
UND UNTERSTÜTZEN
UNS GEGENSEITIG.**

Helen hat eigentlich alles, was man sich für ein angenehmes und gutes Leben wünscht. Doch das Glück wird von einer schweren Depression überschattet.

Psychische Krankheiten gehören zu den häufigsten Krankheiten überhaupt. Sie sind nicht nur für die Betroffenen eine grosse Belastung, sondern auch für die Angehörigen. Das kann zu Beeinträchtigungen und zur Verminderung von Lebensqualität führen. Sorgen und Schicksalsschläge gehören zum Menschsein. In jeder Schwierigkeit steckt etwas Positives, auch wenn das zuerst nicht ersichtlich ist. Im Vordergrund steht die Frage: Wohin wende ich meinen Fokus? Auf das Schwierige oder auf das Positive im Leben.

Im Anschluss an den Film «Helen» von Sandra Nettelbeck besteht die Möglichkeit für einen Austausch. Sie sind herzlich dazu eingeladen.

Sonntag, 4. Oktober
11.00 Uhr Kino Vision, Oftringen

Sonntag, 11. Oktober
10.30 Uhr Kino Rex, Wohlen

Sonntag, 18. Oktober
11.00 Uhr Kino Cinema 8, Schöffland

Normale Kinopreise, DVD Version.

Keine Anmeldung erforderlich.

Auskünfte unter:
info@vaskaargau.ch
www.vaskaargau.ch

WAGEN SIE DEN FREIEN EINTRITT IN UNSER GEHIRN

Begehbare Hirn und Alzheimer-Infomobil
Samstag, 10. Oktober 2015
Welttag der psychischen Gesundheit

**WOHLBEFINDEN
IST KOPFSACHE.**

Das Begehbare Hirn ist wohl eine der faszinierendsten Formen, die Hirnareale und ihre Funktionen zu entdecken. Durch die dreidimensionale und farbige Darstellung der verschiedenen Hirnregionen können die Funktionen und Aufgaben des Hirns besser visualisiert werden. Auf einem Rundgang rund um das Hirn erfahren Sie mehr über Fähigkeiten, Persönlichkeitsaspekte und Hirnerkrankungen. Im Aussenbereich gibt es einen Sinnesparcours und weitere Experimente rund um die Hirnforschung.

Das InfoMobil macht auf das umfassende Angebot der Alzheimervereinigung Aargau aufmerksam. Es bietet sich die Gelegenheit, in einem persönlichen Gespräch Fragen im Zusammenhang mit Demenzerkrankungen zu stellen und Antworten zu erhalten. Informationen liefern auch die kostenlosen Broschüren und Infoblätter.

 **alzheimer**
Alzheimervereinigung Aargau

 **anker**
Verein für psychisch Kranke
Aargau

pro infirmis

Zofingen
Kirchplatz Süd
10.00 – 16.00 Uhr

STRESS MIT ARBEITEN, PENDELN, PRIVATEM – WIE ERFOLGREICH BEWÄLTIGEN?

Publikumsvortrag
Dienstag, 20. Oktober 2015

Von unseren Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern pendelt ein Grossteil bis zu zwei Stunden pro Tag. Das haben wir zum Anlass genommen, das Gesundheitsmanagement zwischen Druck am Arbeitsplatz, Pendlerzeiten, die von der Zeit fürs Privatleben abgehen und dem Wunsch, genügend Zeit für sich, seine Familie und die eigene Gesundheit zu haben, als Themenkreis aufzugreifen und Anregungen zu bieten, wie man damit besser umgehen kann.

Die Veranstaltung wird von der Klinik Schützen in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsforum Rheinfelden organisiert. Mit Aufnahme dieses aktuellen Themas setzen sich die beiden Institutionen aktiv und nachhaltig im Bereich Prävention in der Bevölkerung ein.

Das Gesundheitsforum Rheinfelden führt zudem am 3. und 4. Oktober eine Standaktion zu dem Thema am Herbstmarkt in Rheinfelden durch.



Dr. med. Hanspeter Flury,
Chefarzt und Ärztlicher
Direktor Klinik Schützen
Rheinfelden

Hotel Schützen, Rheinfelden
19.00 – ca. 20.30 Uhr,
anschliessend Apéro

Die Veranstaltung ist kostenlos.
Keine Anmeldung erforderlich.

STRESS – EIN «ALLTAGSPROBLEM»?

LEBEN MIT SCHMERZEN – AKTUELLES AUS FORSCHUNG UND THERAPIE

Referate mit Apéro
Donnerstag, 22. Oktober 2015

MEINE SCHMERZEN SIND
NICHT NUR EINBILDUNG!

Schmerz ist einer der Hauptgründe, weshalb medizinische Unterstützung in Anspruch genommen wird. Andauernde Schmerzen können zu starker Beeinträchtigung im Alltag und zu psychischen Folgeerkrankungen führen, wobei zum Teil keine körperlichen Schädigungen nachgewiesen werden können. So kann es zu einer Behandlungsodyssee kommen, mit vielen Arztwechseln, immer neuen Abklärungen und steigendem Leidensdruck.

Der erste Teil widmet sich der aktuellen Schmerzforschung: Was für Erkenntnisse lassen die modernen bildgebenden Verfahren zu? Können wir tatsächlich Schmerz sichtbar machen? Und was können wir daraus betreffend Behandlungsstrategien ableiten?

Um die Schmerzbehandlung geht es im zweiten Teil, wobei aufgezeigt wird, dass die mit Schmerz verbundenen Gedanken und Ängste berücksichtigt werden müssen.



Dr. phil. Mike Brügger,
PhD Neurowissenschaftler
Schmerzforschung /
Hirnforschung



Lic. phil. Beat Steiger,
Schmerzpsychologe
Zentrum für Zahnmedizin

Aula der Alten Kantonsschule Aarau

19.00–21.30 Uhr
inklusive Apéro

Die Veranstaltung ist kostenlos.
Keine Anmeldung erforderlich.



UNTERSTÜTZT FÜHLE
ICH MICH STÄRKER.

ZU HAUSE BEHANDELN – HOMETREATMENT IN FAMILIEN MIT PSYCHISCHEN BELASTUNGEN

Workshop
Montag, 26. Oktober 2015

In Familien mit psychisch belasteten Erwachsenen und/oder Kindern kommen oft verschiedene Probleme zusammen. Wenn ambulante Beratungen und Therapien nicht ausreichen, bietet Hometreatment Aargau (HotA) ergänzend Behandlung und Unterstützung vor Ort. Anhand konkreter Beispiele geben wir Ihnen Einblick in unsere tägliche Arbeit.



Regula Berchtold,
Projektleiterin HotA



Isabel Grobauer,
med. prakt.,
Oberärztin HotA



Ursula Fuchs,
med. prakt.,
Fachärztin für Kinder- und
Jugendpsychiatrie HotA

HotA, Aarau

Der gleiche Workshop findet um
18.00 Uhr und um 20.00 Uhr statt.

Die Veranstaltung ist kostenlos.
Anmeldung bis 9. Oktober unter:
info@hota.ch

HotA
Hometreatment Aargau

HEILSAM MIT DER TRAUER UMGEHEN

Seminar für trauernde Menschen
Freitag, 30. Oktober 2015 bis
Sonntag, 1. November 2015

Trauer – eine gesunde Reaktion auf einen Verlust: Der Tod eines nahen Menschen, der Verlust der Gesundheit oder der Arbeit, eine Scheidung oder Trennung, Einsicht in ungelebtes Leben, zerbrochene Hoffnungen, Übergänge in neue Lebensphasen ... plötzlich oder ganz allmählich ist so vieles anders.

Inhalt, Arbeitsweise und Ziele

Sie suchen in Ihrer Verlust- und Trauersituation Unterstützung.
Wir bieten dafür einen geschützten Rahmen an.

Mit einfachen Körperübungen, Meditationen, kreativem Ausdruck, symbolischen Handlungen und Ritualen lernen Sie die vielfältigen Trauergefühle ausdrücken und versöhnt Abschied nehmen. Sie erschliessen spirituelle Kraftquellen, die Ihr Vertrauen stärken.

Tagungshaus Rügel, Seengen
Freitag, 30. Oktober, 14.00 Uhr
bis Sonntag, 1. November, 16.00 Uhr

Seminarkosten: CHF 390.–
Vollpension: ab CHF 252.–

Anmeldung bis 16. Oktober unter:
www.ref-aargau.ch/anmeldung

ICH BIN MIT MEINEM VERLUST
NICHT ALLEIN. DAS TUT MIR GUT.

**GEMEINSAME AKTIVITÄTEN
SIND WIE SONNIGE INSELN IM ALLTAG.**

ANGEHÖRIGE SIND (MIT)BETROFFEN

Öffentliche Informationsveranstaltung
Dienstag, 3. November 2015
Mittwoch, 11. November 2015

Darf ich Freizeit und Ferien geniessen, Freunde treffen oder allein einen Spaziergang machen? Wie können sich Partner/-innen, Kinder oder Eltern einer psychisch kranken oder süchtigen Person eigene Bedürfnisse erfüllen?

Die Informationsveranstaltung zeigt Unterstützungsmöglichkeiten auf und beleuchtet das Thema aus verschiedenen Blickwinkeln:

- Anja Mackensen, Leiterin der Fachstelle für Angehörige PDAG, bringt das Wichtigste für Partner/-innen auf den Punkt: Gesund bleiben trotz Belastung!
- Helen Frei, Themenverantwortliche der Angebote «Sucht und Familie» der Aargauischen Stiftung Suchthilfe ags, fokussiert auf die Situation der Kinder und ihrer süchtigen Eltern.



lic. phil. Anja Mackensen,
Leiterin Fachstelle für
Angehörige,
Psychiatrische Dienste
Aargau AG



Helen Frei,
Psychologin FSP,
Suchtberatung ags,
Bezirk Brugg

Dienstag, 3. November:
Ref. Kirchgemeindehaus, Wohlen

Mittwoch, 11. November:
Kustorei, Zofingen

jeweils von 19.00 – 20.30 Uhr
anschliessend Apéro

Die Veranstaltungen sind kostenlos.
Keine Anmeldung erforderlich.

SUCHT
beratung ags
beratung verändert.

PDAG
Psychiatrische Dienste
Aargau AG

VOM UMGANG MIT SCHULVERWEIGERERN

Vortrag
Donnerstag, 5. November 2015

Walter schießt. Als er in die Schule kommt, wird er deswegen verspottet. Am liebsten würde er gar nicht mehr zur Schule gehen. Er erzählt es seinen Eltern. Diese reden ihm gut zu. Dann bekommt er eine Erkältung mit Kopfschmerzen. Die Erkältung geht, die Kopfschmerzen bleiben. Keiner weiss, warum. Er wird krank geschrieben, und die Schmerzen lassen nach. Bei der Rückkehr in die Schule kommt er nicht mehr mit. Mitschüler verspotten ihn deswegen, und die Kopfschmerzen nehmen erneut zu: Der Schulbesuch wird unmöglich.

Warum verweigern Kinder die Schule? Was sind erste Anzeichen? Wie sollen Eltern mit Schulverweigerern umgehen? Wie kann die Schule helfen? Wann sollte man einen Arzt einbeziehen?

Sie möchten es wissen? Kommen Sie zum Vortrag. Das Detailprogramm finden Sie auf Seite 46.

WO IST WALTER?



Dr. med. Jürg Unger,
Bereichsleiter und Chefarzt Kinder- und
Jugendpsychiatrie, Psychiatrische Dienste
Aargau AG

FHNW, Campus Brugg-Windisch
Gebäude 5, Studiensaal B
18.00 – 19.30 Uhr

Anmeldung bis 29. Oktober unter:
kommunikation@pdag.ch

VISION TRION – ZUSAMMENSPANNEN DIFFERENZIERTE BEHANDLUNGSKETTEN

Referat, Gesprächsrunde und
Preisverleihung
Dienstag, 17. November 2015

Integrierte Versorgung ist das zentrale Anliegen im Gesundheitswesen des Kantons Aargau. Auch für die Institutionen von TRION – die Interessengemeinschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik – steht die integrierte Versorgung im Vordergrund.

Am Beispiel innovativer Behandlungsangebote erklärt PDAG-Chefärzt Urs Hepp in seinem Referat, wie integrierte Versorgung funktionieren kann. Wo die Herausforderungen, Hemmschuhe und unausgeschöpften Potentiale liegen, diskutieren die Podiumsteilnehmenden aus Sicht des Kantons, der Gemeinden, Versicherungen und Psychiatrie unter anderem mit Frau Regierungsrätin Susanne Hochuli, Vorsterherin des Departements für Gesundheit und Soziales.

TRION ist es zudem eine Ehre, Gastgeber der Verleihung des Gesundheitsförderungspreises 2015 des Kantons Aargau zu sein.

Das Detailprogramm finden Sie auf Seite 47.

**INNOVATIVE BEHANDLUNGSANGEBOTE
STELLEN DEN PATIENTEN IN DEN FOKUS.**

Foto: Spítex Verband Schweiz, Fotografin Monika Flückiger

Kultur- und Kongresshaus Aarau
17.30 – 19.00 Uhr
anschliessend Apéro

Anmeldung bis 5. November unter:
www.trion-ag.ch



TRION
PSYCHIATRIE | PSYCHOTHERAPIE | PSYCHOSOMATIK

VITAMIN D: DAS NEUE ANTIDEPRESSIVUM?

Referat
Donnerstag, 19. November 2015

Sonne tut dem Gemüt gut. Das spüren wir alle, wenn nach den nebligen Wintertagen der Frühling kommt und wir die Tage in der Sonne geniessen. Wenn wir uns in der Sonne aufhalten, bildet der Körper Vitamin D. Dass unsere guten Gefühle mit diesem Vitamin zusammenhängen, zeigt die aktuelle Forschung. Vitamin-D-Mangel findet sich vermehrt bei Patientinnen und Patienten mit depressiven Symptomen und depressiven Störungen. Wie ist dieser Zusammenhang zu beurteilen? Ist Vitamin D das neue Antidepressivum?



Dr. med. Katharina Gessler,
Fachärztin Allgemeine Innere Medizin,
Oberärztin Psychosomatische Medizin,
Klinik Barmelweid AG

Medizinisches Zentrum Brugg
19.00 – 19.45 Uhr
anschliessend Apéro

Die Veranstaltung ist kostenlos.
Anmeldung im Medizinischen Zentrum
Brugg: 056 462 61 61
oder info@mz-brugg.ch

**FRISCHE LUFT UND SONNE
TUN KÖRPER UND GEIST GUT.**

**MANCHMAL MÖCHTE MAN
MIT JEMANDEM REDEN ...**

«BRÜCKEN BAUEN»

**Mobile Audioinstallation
10. September bis 19. November 2015**

Die Installation von Tel 143 wurde ursprünglich für die Ausstellung «Brücken bauen» im Vögele Kulturzentrum in Pfäffikon SZ von der Kuratorin Alexandra Könz erarbeitet. Am Tisch mit verschiedenen Telefonapparaten sind Gesprächs-Beispiele zu hören mit Inhalten wie Schizophrenie, Suizid, Gewalt, Demenz.

Haben Sie Interesse, die Installation in Ihren Räumlichkeiten zu präsentieren? Erkundigen Sie sich bei Tel 143 über die Möglichkeiten.



Während den Aktionstagen an verschiedenen Orten installiert.

Die Audioinstallation kann bei Tel 143 gebucht werden:

aaarau@143.ch

www.aaarau.143.ch

079 955 27 79

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

2. Aktionstage
Psychische Gesundheit
im Aargau
10. September bis 19. November 2015

Donnerstag, 10. September 2015
Theaterpädagogischer Workshop für Oberstufenklassen
ACHTERBAHN. EIN STÜCK ÜBER LEBEN.

Veranstaltungen für die Schulen Sarmenstorf,
Fahrwangen und Meisterschwanden

Für weitere interessierte Schulen:
theaterpaedagogik.iwb.ph@fhnw.ch

Montag, 14. September 2015
Podiumsdiskussion zum Thema Arbeit
PSYCHISCH BEEINTRÄCHTIGT UND TROTZDEM
ZUR ARBEIT – «ZRUGG AD BÜEZ»

17.15 Uhr Apéro riche
18.00 Uhr Beginn der Veranstaltung
Roter Turm, Baden

Begrüssung und Moderation:
Doris Benker, anker – Verein für psychisch Kranke Aargau

Einführungsreferat:
Dr. med. Birgit Kräuchi, Zentrumsleiterin und Chefärztin,
Psychiatrie und Psychotherapie ambulant (ZPPA), PDAG

Podiumsdiskussion:
Leitung, John Steggerda, Pro Infirmis; Bernhard Dubs, Arbeitscoach anker/PDAG;
Bruno Graf, Leiter RAV Suhr; Dr. med. Birgit Kräuchi, ZPPA, PDAG; Philip Schnei-
ter, Rechtsanwalt/Mediator, AIHK Aarau

Die Veranstaltung ist kostenlos. Keine Anmeldung erforderlich.

Weitere Informationen: www.anker-aargau.ch

Donnerstag, 17. September 2015

Vortrag

«GENIESSEN» SIE NOCH ODER BRAUCHEN
SIE'S SCHON? VOM UMGANG MIT SUCHTMITTELN

Kultur- und Kongresshaus Aarau, Saal 2

Programm

- 18.00 Uhr Begrüssung
Markus Gautschi, CEO, Psychiatrische Dienste Aargau AG
- 18.10 Uhr «Geniessen» Sie noch oder brauchen Sie's schon? –
Vom Umgang mit Suchtmitteln: PD Dr. med. Monika Ridinger,
Zentrumsleiterin und Chefärztin Suchtpsychiatrie
und -psychotherapie, Psychiatrische Dienste Aargau AG
- Vortrag und Diskussion
- 19.30 Uhr Ende der Veranstaltung

Anmeldung bis 11. September unter: kommunikation@pdag.ch

Montag, 21. September 2015

Vortrag: Demenz bei jüngeren Menschen, Fokus-
Preis-Verleihung der Alzheimervereinigung Aargau

WELTALZHEIMERTAG 2015

SENIOfcare Wohn- und Pflegezentrum Im Lenz, Niederlenzer Kirchweg 8, Lenzburg

Programm

- 19.00 Uhr Katharina Müller leitet eine Selbsthilfegruppe für jüngere
Betroffene. Sie wird über die Bedürfnisse und Ressourcen
von Menschen mit Demenz vor dem Pensionsalter informieren.
- 20.00 Uhr Mit dem Fokus-Preis der Alzheimervereinigung Aargau wird
dieses Jahr ein Beispiel für gelungene Interaktionen zwischen
Angehörigen und Pflegenden in herausfordernden Phasen der
Demenz gewürdigt.
- Ab 18.00 Uhr besteht die Möglichkeit einer geführten Besichtigung
des neuen Wohn- und Pflegezentrums Im Lenz.

Die Veranstaltung ist kostenlos. Für die Veranstaltung ab 19.00 Uhr ist keine
Anmeldung erforderlich. Anmeldung für die Besichtigung des Zentrums Im Lenz
bis 14. September unter: 062 888 35 35, imlenz@seniocare.ch

Mittwoch, 23. September 2015

Mit anderen Menschen gleichzeitig das Labyrinth begehen

GEMEINSAM UNTERWEGS IM RÜGEL-LABYRINTH

17.00 – 19.00 Uhr

anschliessend fakultatives Nachtessen

Tagungshaus Rügel, Seengen

Anmeldung bis 9. September mit Anmeldeformular unter:

www.ref-aargau.ch/anmeldung

Donnerstag, 24. September 2015

Veranstaltung für Jugendliche, Eltern und Lehrpersonen

BODYTALK – EIN WORKSHOP ÜBER SCHÖNHEIT UND GESUNDES KÖRPERGEFÜHL

19.00 – 21.00 Uhr, inklusive Apéro

Neue Kantonsschule Aarau

Die Veranstaltung ist kostenlos.

Keine Anmeldung erforderlich.

Im Oktober 2015

Informationen auf vier Rädern zum Thema Demenz

INFOMOBIL DER ALZHEIMERVEREINIGUNG

In allen Regionen des Kantons.

Termine und Standorte unter: www.alz.ch/ag oder in der Lokalpresse

Donnerstag, 1. Oktober 2015

Öffentliche Veranstaltung, «Tag der älteren Menschen»

EIN NEUES ZUHAUSE? DEMENZGERECHTE BETREUUNGS- UND WOHNFORMEN

Ab 19.00 Uhr – ca. 21.00 Uhr

«Marktstände» ab 18.00 Uhr

Aarau, Kultur- und Kongresshaus

Programm

Begrüssung	Beat Waldmeier, Geschäftsleiter, Pro Senectute Aargau
Grusswort	Urs Niffeler, Leiter Abteilung Gesundheitsversorgung, Departement Gesundheit und Soziales, Kanton Aargau
Referat	«Vergessliche Betagte – Betreuungs- und Wohnformen» PD Dr. Albert Wettstein, Alt-Stadtarzt Zürich
Podiumsgespräch	Moderation: Dr. Klara Obermüller PD Dr. Albert Wettstein Irene Leu, Stiftung Basler Wirrgarten Edgar Studer, Bethlehemacker Bern

Anschliessend sind Sie zu einem Apéro eingeladen.

Vor und nach der Veranstaltung gibt es an verschiedenen Marktständen Informationen zu Angeboten und Organisationen rund ums Alter(n) im Kanton Aargau.

Die Veranstaltung ist kostenlos.

Anmeldung erwünscht bis

25. September unter:

info@ag.pro-senectute.ch

www.ag.pro-senectute.ch

062 837 50 70

4., 11. und 18. Oktober 2015

Film-Matinée

**DEPRESSION – WIE WEITER?
WAS GESCHIEHT MIT MIR, MIT MEINER FAMILIE,
MEINEN FREUNDEN, AM ARBEITSPLATZ?**

Sonntag, 4. Oktober
11.00 Uhr Kino Vision, Oftringen

Sonntag, 11. Oktober
10.30 Uhr Kino Rex, Wohlen

Sonntag, 18. Oktober
11.00 Uhr Kino Cinema 8, Schöffland

Auskünfte unter: info@vaskaargau.ch
www.vaskaargau.ch

Samstag, 10. Oktober 2015

**Welttag der psychischen Gesundheit
Begehbare Hirn und Alzheimer-Infomobil**

**WAGEN SIE DEN FREIEN EINTRITT
IN UNSER GEHIRN**

10.00 – 16.00 Uhr
Zofingen, Kirchplatz Süd

Dienstag, 20. Oktober 2015

Publikumsvortrag

**STRESS
MIT ARBEITEN, PENDELN, PRIVATEM –
WIE ERFOLGREICH BEWÄLTIGEN?**

19.00 – ca. 20.30 Uhr
anschliessend Apéro
Hotel Schützen Rheinfelden
Die Veranstaltung ist kostenlos.
Keine Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, 22. Oktober 2015

Referate mit Apéro

**LEBEN MIT SCHMERZEN – AKTUELLES
AUS FORSCHUNG UND THERAPIE**

19.00–21.30 Uhr
Aula der Alten Kantonsschule Aarau
Bahnhofstrasse 91
5001 Aarau
Die Veranstaltung ist kostenlos.
Keine Anmeldung erforderlich.

Montag, 26. Oktober 2015

Workshop

**ZU HAUSE BEHANDELN –
HOMETREATMENT IN FAMILIEN MIT
PSYCHISCHEN BELASTUNGEN**

Der gleiche Workshop findet um 18.00 Uhr und um 20.00 Uhr statt.
HotA
Bahnhofstrasse 57
5000 Aarau
Die Veranstaltung ist kostenlos.
Anmeldung bis 9. Oktober unter: info@hota.ch

Freitag, 30. Oktober bis Sonntag, 1. November 2015

Seminar für trauernde Menschen

HEILSAM MIT DER TRAUER UMGEHEN

Freitag, 30. Oktober, 14.00 Uhr
bis Sonntag, 1. November, 16.00 Uhr
Tagungshaus Rügel, Seengen
Seminararkosten: Fr. 390.–
Vollpension: ab Fr. 252.–
Anmeldung bis 16. Oktober unter: www.ref-aargau.ch/anmeldung

Dienstag, 3. November 2015

Mittwoch, 11. November 2015

Öffentliche Informationsveranstaltung

ANGEHÖRIGE SIND (MIT)BETROFFEN

jeweils von 19.00 – 20.30 Uhr
anschliessend Apéro

Dienstag, 3. November:
Ref. Kirchengemeindehaus
Alte Bahnhofstr. 13
5610 Wohlen

Mittwoch, 11. November:
Kustorei
Thutplatz 19
4800 Zofingen

Die Veranstaltungen sind kostenlos.
Keine Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, 5. November 2015

Vortrag

WO IST WALTER? VOM UMGANG MIT SCHULVERWEIGERERN

18.00 – 19.30 Uhr
FHNW, Campus Brugg-Windisch, Gebäude 5 / Studiensaal B

18.00 Uhr Begrüssung
Markus Gautschi, CEO, Psychiatrische Dienste Aargau AG

18.10 Uhr Wo ist Walter? – Vom Umgang mit Schulverweigerern
Dr. med. Jürg Unger, Bereichsleiter und Chefarzt Kinder-
und Jugendpsychiatrie, Psychiatrische Dienste Aargau AG

19.00 Uhr Fragen und Antworten

19.30 Uhr Ende der Veranstaltung

Anmeldung bis 29. Oktober unter: kommunikation@pdag.ch

Dienstag, 17. November 2015

Referat, Gesprächsrunde und Preisverleihung

VISION TRION – ZUSAMMENSPANNEN DIFFERENZIERTE BEHANDLUNGSKETTEN

17.30 – 19.00 Uhr
Kultur- und Kongresshaus Aarau

17.30 Uhr Begrüssung
Dr. phil. Samuel Rom, CEO, Schützen Rheinfelden AG

17.35 Uhr Grusswort
Regierungsrätin Susanne Hochuli,
Vorsteherin des Departements Gesundheit und Soziales,
Kanton Aargau

17.45 Uhr Referat «Warum der Alltag therapeutisch sein kann»
Prof. Dr. med. Urs Hepp,
Bereichsleiter und Chefarzt Psychiatrie und Psychotherapie,
Psychiatrische Dienste Aargau AG

18.05 Uhr Gesprächsrunde
Regierungsrätin Susanne Hochuli,
Vorsteherin des Departements Gesundheit und Soziales,
Kanton Aargau

Grossrätin Renate Gautschi,
Präsidentin Gemeindeammänner-Vereinigung Kanton Aargau

Nancy Wayland Bigler, Direktorin SVA Aargau

Prof. Dr. med. Urs Hepp,
Bereichsleiter und Chefarzt Psychiatrie und Psychotherapie,
Psychiatrische Dienste Aargau AG

Moderation: Katharina Kilchenmann, Journalistin Schweizer
Radio und Fernsehen SRF

18.30 Uhr Verleihung Gesundheitsförderungspreis 2015 des Kantons Aargau,
Fokus Psychische Gesundheit

19.00 Uhr Apéro

Anmeldung bis 5. November unter: www.trion-ag.ch

7. AKTIONSTAGE PSYCHISCHE GESUNDHEIT IM KANTON SOLOTHURN 28. OKTOBER – 11. NOVEMBER 2015

Donnerstag, 19. November 2015

Referat

VITAMIN D: DAS NEUE ANTIDEPRESSIVUM

19.00 – 19.45 Uhr

Medizinisches Zentrum Brugg, Saal Süssbach

Fröhlichstrasse 7

5200 Brugg

anschliessend Apéro

Die Veranstaltung ist kostenlos.

Anmeldung im Medizinischen Zentrum Brugg:

056 462 61 61 oder info@mz-brugg.ch

Donnerstag, 10. September bis Donnerstag, 19. November 2015

Mobile Audioinstallation

«BRÜCKEN BAUEN»

Während den Aktionstagen an verschiedenen Orten installiert

Die Audioinstallation kann bei Tel 143 gebucht werden:

aaarau@143.ch

www.aaarau.143.ch

079 955 27 79

Die Aktionstage Psychische Gesundheit im Kanton Solothurn werden organisiert vom Gesundheitsamt Kanton Solothurn, den Psychiatrischen Diensten der Solothurner Spitäler AG, der Solodaris Stiftung und Pro Infirmis Aargau-Solothurn.

Oktober

- | | |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mittwoch, 28. | Eröffnungsanlass |
| Donnerstag, 29. | Referat: Schlaf und Psyche – wenn der Sandmann eine Panne hat |
| Freitag, 30. | Lesung: Das «Verrückte» in der Literatur – Psychopathologien literarisch dargestellt |
| Samstag, 31. | Anlass: Gesundheit fängt (auch) im Kopf an – Bewegung und psychische Gesundheit
Chor-Konzert mit Bocc'aperta |

November

- | | |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sonntag, 1. | Chor-Konzert mit Bocc'aperta |
| Montag, 2. | Anlass: Essen und Psyche
Referat: Psychisch belastete Eltern und ihre Kinder |
| Dienstag, 3. | Podiumsdiskussion: Menschen mit Psychose im Alltag: Herausforderung, Gefahr, Bereicherung? |
| Mittwoch, 4. | Dialogischer Erfahrungsaustausch über Zwangserkrankungen |
| Donnerstag, 5. | Anlass: Transsexualität – Mann oder Frau, wer weiss das genau |
| Freitag, 6. | Referat: Glücksspiel – wenn das Spielen zur Sucht wird |
| Samstag, 7. | Anlass: Selbsthilfe zeigt sich – aus verschiedenen Blickwinkeln |
| Sonntag, 8. | Film-Matinée: «Sleepless in New York» |
| Montag, 9. | Referat: Männer-Gesundheit – eine vernachlässigte Perspektive |
| Dienstag, 10. | Filmabend mit Diskussion: Menschen mit narzisstischen Persönlichkeitsstörungen |
| Mittwoch, 11. | Feierliche Verleihung des Solothurner Sozialsterns |

Wo und zu welcher Zeit die Anlässe stattfinden, erfahren Sie unter www.psychische-gesundheit-so.ch.



**Suchtberatung ags,
Bezirke Bremgarten & Muri**

Postplatz 6
5610 Wohlen
056 622 77 48

Suchtberatung ags, Bezirk Zofingen

Thutplatz 19
4800 Zofingen
062 745 28 80

www.suchtberatung-ags.ch
www.suchtpraevention-aargau.ch
www.suchthilfe-ags.ch

Die Aargauische Stiftung Suchthilfe ags führt sieben regionale Beratungsstellen und die Suchtprävention Aargau.

Die Beratungsstellen sind zuständig für Betroffene, Angehörige und andere Bezugspersonen jeden Alters bei Risikokonsum, Missbrauch oder Abhängigkeit von allen Suchtmitteln. Im Bereich der Verhaltenssüchte werden Erstabklärungen vorgenommen und an zuständige Stellen weitergeleitet.

Die Fachpersonen stammen aus den Bereichen Soziale Arbeit oder Psychologie. Die Beratungspersonen unterstehen der beruflichen Schweigepflicht und die Dienstleistungen sind für Einwohner/-innen des Kantons Aargau unentgeltlich.



Alzheimervereinigung Aargau

Fröhlichstrasse 7
5200 Brugg

056 406 50 70
info.ag@alz.ch
www.alz.ch/ag

Die Alzheimervereinigung Aargau (ALZ AG) ist eine Organisation zur Unterstützung demenzkranker Menschen und ihrer Angehörigen.

Die ALZ AG bietet:

- Information und persönliche Beratung zu Krankheit, Verlauf, Abklärungsmöglichkeiten, rechtlichen Aspekten, Unterstützung und Entlastung der pflegenden Angehörigen
- Broschüren und Infoblätter
- Gesprächsgruppen für Angehörige
- Ferien für Menschen mit Demenz und Angehörige
- Seminare für Angehörige
- Öffentliche Vorträge



**anker –
Verein für psychisch Kranke Aargau**

Postfach 1
4313 Möhlin

Kontakttelefon 079 415 17 98
Mo – Fr 8.00 – 12.00 Uhr

info@anker-aargau.ch
www.anker-aargau.ch

Der Verein anker wurde 1878 gegründet als «Hilfsverein für arme Geistesranke». Heute versteht sich der Verein als Sprachrohr für psychisch beeinträchtigte Menschen. Er vertritt deren Interessen in der Politik und Gesellschaft und trägt zur gesellschaftlichen und beruflichen Integration von Menschen mit einer psychischen Erkrankung bei. Der Verein unterstützt immer wieder aktuelle Projekte. Zudem leistet er individuelle finanzielle Unterstützung an psychisch beeinträchtigte Personen in Notsituationen, für die kein anderer Kostenträger aufkommt.

www.apika.ch, die Plattform zum Thema psychische Erkrankungen, wurde vom Verein anker angestossen.



HotA, Hometreatment Aargau

Bahnhofstrasse 57
5000 Aarau

062 834 00 70
info@hota.ch
www.hota.ch

HotA unterstützt mehrfach belastete Familien daheim, die an der Grenze zu ausserfamiliären Lösungen leben. Wenn ambulante Behandlungen nicht ausreichen, bietet HotA ein Hometreatment im Übergangsbereich zwischen Sozialpsychiatrie und Sozialpädagogik an. Durch Förderung der Selbstwirksamkeit und Stärkung der Elternkompetenz profitiert die ganze Familie. Unsere Fachpersonen gehen nach Hause und helfen vor Ort, mit der ganzen Familie in konkreten Situationen Lösungen zu suchen und umzusetzen.



**Kanton Aargau
Departement Bildung, Kultur und Sport**

Abteilung Berufsbildung und
Mittelschule
Bachstrasse 15
5001 Aarau

062 835 22 00
bm@ag.ch
www.ag.ch/berufsbildung

Der Kanton Aargau will Jugendlichen und jungen Erwachsenen einen Abschluss ermöglichen, der sie für das Berufsleben oder per Mittelschulabschluss für eine Hochschule qualifiziert. Die Abteilung Berufsbildung und Mittelschule ist zuständig für die Aufsicht über die Berufsbildung und die Mittelschulen. Im Kanton Aargau ist in beiden Bereichen eine breite Auswahl an Angeboten möglich.

Die Abteilung Berufsbildung und Mittelschule des Departements Bildung, Kultur und Sport BKS unterstützt die Aktionstage Psychische Gesundheit im Aargau.



Kanton Aargau Fachstelle Alter

Generalsekretariat
Bachstrasse 15
5001 Aarau

062 835 29 20
alter@ag.ch
www.ag.ch/alter

Die kantonale Fachstelle Alter setzt sich für die Lebensqualität der älteren Menschen und die Umsetzung der «Leitsätze zur Alterspolitik im Kanton Aargau» ein.

Zur Bearbeitung der zahlreichen Facetten rund ums Alter(n) arbeitet sie mit anderen Departementen, verschiedenen Organisationen und Gemeinden zusammen.

Zudem führt sie den Verein «Aargauer Netzwerk Alter», der sich für den Austausch von Gemeinden und Organisationen sowie für gelungene Projekte im Altersbereich engagiert.



Kanton Aargau Departement Gesundheit und Soziales

Kantonsärztlicher Dienst
Bachstrasse 15
5001 Aarau

062 835 29 60
gesundheitsfoerderung@ag.ch
www.ag.ch/ggesundundzwäg

Mit den fünf Schwerpunktprogrammen «Psychische Gesundheit», «Gesundes Körpergewicht», «gesund und zwäg i de schuel», «Betriebliches Gesundheitsmanagement» und «Gesundheitsförderung im Alter» hat der Kantonsärztliche Dienst den Anspruch, für alle Aargauerinnen und Aargauer eine umfassende Gesundheitsförderung zu betreiben. Dabei wird die gesamte Lebensspanne berücksichtigt und eine Vielzahl an Gesundheitsaspekten abgedeckt, welche jeweils gefördert bzw. gestärkt werden sollen.

Die Aktionstage Psychische Gesundheit werden koordiniert durch das Schwerpunktprogramm Psychische Gesundheit.



Römisch-Katholische Landeskirche des Kantons Aargau

Feerstrasse 8
Postfach
5001 Aarau

062 832 42 72
landeskirche@kathaargau.ch
www.kathaargau.ch

Die Römisch-Katholische Kirche im Aargau, das sind:

- über 220'000 Katholikinnen und Katholiken,
- rund 10'000 Freiwillige, die jährlich ca. 1,5 Mio. Stunden Freiwilligenarbeit leisten,
- Seelsorgende und Mitarbeitende in 115 Pfarreien und acht anderssprachigen Missionen,
- Behördenmitglieder und Mitarbeitende in 96 Kirchgemeinden,
- Seelsorgende in Spitälern, Heimen, Gefängnissen, bei der Polizei und für Menschen mit Behinderungen,
- Mitarbeitende in mehreren Fachstellen,
- die Propstei Wislikofen und das Jugendgruppenhaus Aarburg,
- die Verwaltung der Landeskirche und ihre Organe mit Sitz in Aarau,
- das Bischofsvikariat St. Urs mit Sitz in Liestal.



Klinik Barmelweid AG

5017 Barmelweid
Telefon 062 857 21 11
Telefax 062 857 27 37
info@barmelweid.ch
www.barmelweid.ch

Die Klinik Barmelweid ist eine führende Spezial- und Rehabilitationsklinik mit einem fächerübergreifenden Angebot auf der Barmelweid und Sprechstunden in Brugg.

Für die psychosomatische Medizin stehen rund 70 Betten zur Verfügung. Durch die interdisziplinäre Zusammenarbeit kann gezielt auf die Bedürfnisse von Patient/-innen eingegangen werden. Fachärztinnen und Fachärzte aus Psychiatrie und Psychotherapie sowie der Inneren Medizin arbeiten Hand in Hand. Zum Betreuungsteam gehören auch Psycholog/-innen und Spezialtherapeut/-innen. Die einzelnen Abteilungen haben unterschiedliche Schwerpunkte mit speziellen Therapiemodulen.



Klinik Schützen Rheinfelden

Bahnhofstrasse 19
4310 Rheinfelden

061 836 26 26
info@klinikschoetzen.ch
www.klinikschoetzen.ch

Die Klinik Schützen Rheinfelden ist eine der führenden Privatkliniken für Psychosomatik, Psychiatrie und Psychotherapie in der Schweiz.

Die Klinik Schützen Rheinfelden bietet:

- Stationäre Klinik mit 100 Betten, diskret integriert in die zwei allgemein zugänglichen Hotels Schützen Rheinfelden*** und EDEN im Park****
- Psychotherapeutische Tagesklinik mit 24 Behandlungsplätzen
- Ambulatorien in Rheinfelden und Aarau
- Ambulante Physiotherapie in Rheinfelden

Das einzigartige Klinik-im-Hotel Konzept verbindet intensive stationäre Psychotherapie mit hochstehender Hotellerie.



Pro Infirmis Aargau-Solothurn

Bahnhofstrasse 18
Postfach
5001 Aarau

058 775 10 50
ag.so@proinfirmis.ch
www.proinfirmis.ch

Unsere Vision: Eine inklusive Gesellschaft anerkennt die Vielfalt der Menschen als Stärke. Menschen mit Beeinträchtigungen und Behinderungen nehmen selbstbestimmt und ohne gesellschaftliche Barrieren an allen Lebensbereichen teil. Auf dieses Ziel arbeiten wir hin.

Dazu leisten wir bedarfsgerechte Beratung, Begleitung und Unterstützung auch für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung und ihren Angehörigen.

Pro Infirmis bietet im Kanton Aargau Sozialberatung, Case Management, Assistenzberatung, Wohnschule und begleitetes Wohnen an.



Pro Senectute Aargau

Geschäftsstelle
Bachstrasse 111 / Postfach 3526
5001 Aarau
062 837 50 70
info@ag.pro-senectute.ch
www.ag.pro-senectute.ch

Pro Senectute Aargau ist die Fachorganisation für Altersfragen und -angebote. Die Stiftung setzt sich für ein selbstbestimmtes, lebens- und liebenswertes Älterwerden sowie für die Solidarität zwischen den Generationen ein. Pro Senectute Aargau ist mit elf Beratungsstellen flächendeckend in jedem Bezirk im Kanton präsent.

Unsere Angebote:

- Sozialberatung
- Individuelle Finanzhilfe
- Bildung und Kultur
- Sport und Bewegung
- Hilfe zu Hause
- DOCUPASS (Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag)



Psychiatrische Dienste Aargau AG

Zürcherstrasse 241
5210 Windisch
056 462 21 11
info@pdag.ch
www.pdag.ch

Die Psychiatrischen Dienste Aargau AG (PDAG) untersuchen, behandeln und betreuen psychisch kranke Menschen aller Altersgruppen mit sämtlichen psychiatrischen Krankheitsbildern. Ein massgeschneidertes stationäres oder ambulantes Angebot garantiert die Behandlungsart, die zum Patienten, seiner Krankheit und seiner Lebenssituation passt.

Die PDAG gewährleisten im Rahmen ihres Leistungsauftrags in der Erwachsenen- und Kinder-/Jugendpsychiatrie die psychiatrische Grundversorgung im Kanton Aargau.



Reformierte Landeskirche Aargau

Stritengässli 10
5001 Aarau
062 838 00 10
ag@ref.ch
www.ref-aargau.ch

Die Reformierte Landeskirche Aargau blickt auf eine Geschichte von 200 Jahren zurück. Sie hat in ihren 75 Kirchgemeinden ca. 178'000 Mitglieder in allen Lebensaltern. Die demokratische Struktur der Landeskirche mit der Teilung der drei Gewalten baut auf den drei Organen Synode (Legislative), Kirchenrat (Exekutive) und Rekursgericht (Judikative) auf. Zur Tätigkeit der Landeskirche gehören die Landeskirchlichen Dienste in Aarau. Ihre wichtigsten Handlungsfelder sind Verkündigung und Gottesdienst, Bildungsarbeit und Unterricht, Diakonie (soziales Engagement) und Seelsorge.



Suizid-Netz Aargau

c/o Die Dargebotene Hand Aarau
Postfach 2645
5001 Aarau
062 824 84 44
info@suizid-netz-aargau.ch
www.suizid-netz-aargau.ch

Praktisch jeder Mensch ist im Laufe seines Lebens mit einem oder mehreren Suizidversuchen oder Suiziden konfrontiert. Doch auch wenn das Thema fast jeden von uns beschäftigt, ist die öffentliche Diskussion über Suizidversuche und Suizid nach wie vor sehr verhalten. Mit dem Suizid-Netz Aargau soll sich dies ändern.

Dank gezielter Informations- und Aufklärungsarbeit leistet der Verein einen wichtigen Beitrag zur Suizidprävention im Kanton Aargau. Schliesslich betrifft das Thema nicht nur einzelne Menschen, sondern die gesamte Gesellschaft und auch die öffentliche Gesundheit.



Tel 143

Die Dargebotene Hand
Aargau/Solothurn-Ost
Postfach 2645
5001 Aarau
062 824 84 44
aarau@143.ch
www.aarau.143.ch

Schulden, psychische Krisen, häusliche Gewalt, Sucht oder Probleme am Arbeitsplatz können einem zu schaffen machen. Manchmal kommt vieles zusammen: Der Job ist weg, die Beziehung zerbricht, und kein Mensch hört mehr zu ...

Tel 143 – Die Dargebotene Hand hört zu!

- rund um die Uhr
- anonym
- unabhängig

Das 24-Stunden-Gesprächsangebot ist eine wichtige Ergänzung zu den Angeboten der psychosozialen Versorgung in Gemeinden und Kantonen. Tel 143 engagiert sich für Menschen unabhängig von deren Alter, Herkunft oder Religion.



TRION – Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik

info@trion-ag.ch
www.trion-ag.ch

Zu TRION gehören die fünf Aargauer Institutionen Psychiatrische Dienste Aargau AG, Klinik Barmelweid, Klinik Schützen Rheinfelden, Klinik Im Hasel und Klinik für Suchttherapie.

Im Vordergrund steht für TRION, langfristig eine qualitativ hochstehende Versorgung psychisch kranker Menschen zu gewährleisten sowie die Stimme für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik im Kanton Aargau und der Nordwestschweiz zu stärken. TRION setzt sich ein für Integration, Entstigmatisierung und eine fachgerechte und wohnortnahe Versorgung psychisch kranker Menschen sowie für eine gute Vernetzung unter den Fachkräften und mit der Öffentlichkeit.



VASK Aargau

Zürcherstrasse 241
Postfach 432/P1
5201 Brugg

056 222 50 15
info@vaskaargau.ch
www.vaskaargau.ch

Die Vereinigung der Angehörigen von psychisch Kranken bietet eine Plattform für Informationen, Erfahrungsaustausch und Dienstleistungen an, damit Angehörige mit den veränderten Lebenssituationen besser umgehen können und ihre eigenen Bedürfnisse nicht vernachlässigen. Jede Situation ist anders, doch für alle ist das Gefühl der Hilflosigkeit da. Angst und Schuldgefühle der Angehörigen blockieren die Lebensqualität. Die Familie ist in der Regel die wichtigste Stütze von psychisch erkrankten Menschen.

In Gesprächen zwischen Angehörigen, Betroffenen und Fachpersonen können neue Wege erarbeitet werden, die mehr Lebensqualität für alle Beteiligten ermöglichen.



VAP

Verband Aargauer Psychologinnen
und Psychologen
Am Bach 7
5024 Küttigen

Maya Kaspar, Sekretariat
Sara Michalik, Präsidentin

info@vap-psychologie.ch
www.vap-psychologie.ch

Der Verband Aargauer Psychologinnen und Psychologen (VAP) ist die Vereinigung von Psychologinnen und Psychologen, die im Kanton Aargau wohnen und/oder arbeiten.

Der VAP setzt sich im Kanton Aargau ein

- für Information und Aufklärung im Bereich der Psychologie
- für die Verbesserung der psychologischen Versorgung der Bevölkerung
- für die Bekanntmachung der psychologischen Dienstleistungsangebote seiner Mitglieder
- für den Schutz vor ungeeigneten psychologischen Angeboten
- für die berufspolitischen Interessen seiner Mitglieder

Der VAP

- fördert den Erfahrungs- und Meinungsaustausch unter seinen Mitgliedern
- engagiert sich für erziehungs- und gesundheitspolitische Ziele



Vernetzungsgruppe Essstörungen Aargau

Rainweg 9H
3068 Utzigen

071 330 01 00
info@kskv-casat.ch
www.essstoerungen-aargau.ch

Die Vernetzungsgruppe Essstörungen Aargau ist eine Gruppe von Fachpersonen kantonaler Institutionen aus Beratung und Therapie mit dem Ziel, Anregungen und Informationen für einen hilfreichen Umgang mit Essstörungen zu geben. Die Vernetzungsgruppe ist im Jahr 2006 im Rahmen einer Initialsitzung des Vereins PEP (Prävention Essstörungen Praxisnah) gegründet worden.

Über die Website erhalten Betroffene, Experten und Lehrpersonen einen Überblick über die wichtigsten Anlaufstellen.

Herausgeber

Kanton Aargau
Departement Gesundheit und Soziales
Kantonsärztlicher Dienst
Schwerpunktprogramm Psychische Gesundheit
5001 Aarau
gesundheitsfoerderung@ag.ch
www.ag.ch/ggesundundzwäg

Gestaltung

GIROD GRÜNDISCH,
Visuelle Kommunikation SGD, Baden

Text

Netzwerk Psychische Gesundheit Kanton Aargau,
Partner Aktionstage Psychische Gesundheit 2015

Druck

Sprüngli Druck AG, Villmergen
Auflage: 12'000 Exemplare

Copyright

© 2015 Kanton Aargau

Netzwerk Psychische Gesundheit Kanton Aargau

Das Expertennetzwerk Psychische Gesundheit vernetzt wichtige kantonale Institutionen und Organisationen. Das Netzwerk setzt sich für die Förderung der psychischen Gesundheit und Verminderung psychischer Erkrankungen im Kanton Aargau ein. Die Aktionstage Psychische Gesundheit sind ein Produkt des Netzwerks und werden koordiniert durch das kantonale Schwerpunktprogramm Psychische Gesundheit.

Professionelle Hilfe finden:
www.ag.ch/gsendundzwaeg



Der Kanton Aargau ist ab Herbst 2015 Träger der nationalen Kampagne «Wie geht's Dir?»



Partner

