



AKTIONSTAGE
PSYCHISCHE
GESUNDHEIT



KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

LEBENSELEXIER
FREUNDSCHAFT

15. Oktober 2019
Hotel Schiff am Rhein
Rheinfelden

www.ag.ch/aktionstage

Diese Veranstaltung ist Teil der Aktionstage Psychische Gesundheit. www.ag.ch/aktionstage

LEBENSELEXIER FREUNDSCHAFT

PUBLIKUMSVORTRAG

Dienstag, 15. Oktober 2019

Einsamkeit betrifft nicht nur ältere Menschen. Sie gilt beinahe schon als neue Volkskrankheit. Wir gehen der Frage nach, ob dies auch aus medizinischer und psychosomatischer Sicht nachvollziehbar ist.

Seit Jahren warnen Wissenschaftler vor den gesundheitlichen Gefahren der Einsamkeit: Soziale Isolation hat den grössten negativen Einfluss auf unsere Lebensdauer, noch vor den gängigen Gesundheitsgefahren wie Alkoholismus oder Fettleibigkeit. Aber Einsamkeit ist doch eigentlich «nur» ein Gefühl. Wie kann es sein, dass sie so grossen Einfluss auf unsere Gesundheit hat? Der Ausschluss aus der Gruppe und damit soziale Isolation und Einsamkeit bedeuten vor allem eines: Stress pur.

Zum Schluss wird im Vortrag beleuchtet, wie jeder mit einfachen Mitteln der Einsamkeit entgegenwirken kann.



Dr. med. Susanne Thor,
Oberärztin der Klinik Schützen Rheinfelden




KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

Hotel Schiff am Rhein

Marktgasse 60, 4310 Rheinfelden

19.00 Uhr (Dauer 1 Std.)

Gerne laden wir Sie anschliessend zum Apéro ein.

Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Eintritt frei