

Vortragsreihe

„SEELISCH FIT in Erfurt“ 2025

Jeden letzten Mittwoch im Monat von 15:00 – 16:30 in der Regionalbibliothek am Domplatz 1

Datum/Uhrzeit	Vortragstitel	Organisation und Referent: in
29. Januar/ 15-16:30	Kann man Glück lernen?	Gesundheitsamt Erfurt – Netzwerkkoordinatorin Stabstelle Gesundheitsplanung Bianca Schmidt
26. Februar/ 15-16:30	Resilienz	Philosophische Praxis MILAN Dietlinde Schmalfuß-Plicht
26. März/ 15-16:30	„Seelisch fit im Übergang Schule, Ausbildung und Beruf“	Berufsorientierungsladen/Caritasverband für das Bistum Erfurt e.V./ Caritasregion Mittelthüringen/ Jugendhaus Erfurter Brücke Viktoria Perleth/Sozialarbeiterin, B.A. Sophie Kuhlbrodt (Schuso Edith Stein Schule)
30. April	„Körper und Geist im Einklang“ - Was kann die Bewegung für ein Hebel dabei sein?	Physiotherapeutin KJP Heliosklinikum Erfurt, Yogatrainerin – Yoga im Therapiebereich Katja Engel
28. Mai	Erinnerungen einer vergessenen Kindheit Ein Kurzfilm und Gespräch über Sucht im Elternhaus	Suchthilfe in Thüringen (SiT) PSBS „Knackpunkt“ Erfurt, Suchtpräventionsfachkraft Frau Sarah Böhm
25. Juni	Was pflegende Angehörige wirklich brauchen und wo sie Hilfe finden	SeniorenSchutzbund Frau Anke Penner
30. Juli	Praxis der Täterarbeit – Hilfe in Fällen häuslicher Gewalt	Projekt Orange Bewährungs- und Straffälligenhilfe Thüringen e. V Frau Leimbach
27. August	„Essen für die Seele: Wie die Ernährung unser Wohlbefinden beeinflusst!“	Medizinisch geprüfte Ernährungsberaterin Nicole Schütz
24. September	In stürmischen Zeiten gut für sich sorgen - Wie kann Selbstfürsorge gelingen?	Heilpraktikerin für Psychotherapie Maria Hering,
29. Oktober	Resilienz seelische Gesundheit für jungen Familien	MKK – meine Krankenkasse Carolin Hartung und Verband kinderreicher Familien

Vortragsreihe

„SEELISCH FIT in Erfurt“ 2025

Jeden letzten Mittwoch im Monat von 15:00 – 16:30 in der Regionalbibliothek am Domplatz 1

26. November	Selbsthilfe – Was für mich?	Gesundheitsamt Erfurt, Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS) Frau Kristin Ott und Vertreter aus dem Selbsthilfeausschuss
--------------	--------------------------------	---