

Veranstalter:

Diese Reihe wurde von „Zusammenleben in der Region“, einem Arbeitskreis des Netzwerks „Gemeinsam für die Region“ geplant.

Zum AK gehören: Heike Syma, Birgit Planner, Christina Ponader, Elisabeth Richter, Beate Wurziger-Keltsch, Martina Rohrmüller, Siglinde Janke, Annette Rodenberg, Dr. Joachim Twisselmann, Dr. Peter Hirschberg.

Unterstützt wird die Veranstaltung durch die GesundheitsregionPlus, das KEB, das EBW Selb/Wunsiedel, das EBW Weiden und die VHS.

Kontakt und Informationen:

Dr. Peter Hirschberg  
Evangelisches Bildungs- und Tagungszentrum  
Bad Alexandersbad

Markgrafenstraße 34  
95680 Bad Alexandersbad

Tel. 09232/9939-0

Fax 09232/9939-99

info@ebz-alexandersbad.de  
www.ebz-alexandersbad.de

## Wege aus der Kraftlosigkeit - von einem besseren Umgang mit Depression und Burnout

Okt. 2018  
bis  
Febr. 2019



Titelbild: Lutz Stallknecht / pixelio.de

Eine Veranstaltungsreihe des Netzwerks „Gemeinsam für die Region“, in Kooperation mit Gesundheitsregion Plus, unterstützt von: EBW Selb-Wunsiedel, EBW Weiden, KEB, VHS



Evangelisches Bildungs-  
und Tagungszentrum  
Bad Alexandersbad

Das Leben entfalten!



gefördert durch  
Bayerisches Staatsministerium  
für Gesundheit und Pflege



## „Wenn dir das Lachen vergeht“ – wie ich meine Depression überwunden habe

Willibert Pauels, bekannter Büttenredner im Kölner Karneval, Clown und Diakon der Katholischen Kirche spricht offen über seinen Umgang mit der Depression. Dabei schafft er es, dieses tiefensthema so anzugehen, dass einem (trotz allem) das Lachen nicht vergeht. Ein Abend, der ermutigende und tröstende Perspektiven eröffnet.

<b>Termin</b>	Mi., 17.10.2018, 19:30 Uhr
<b>Ort</b>	Landratsamt Wunsiedel, Jean-Paul-Str. 9

## „Nur mal schlecht drauf?“ – was schlechte Stimmung, Depression und Burnout voneinander unterscheidet

Bin ich nur mal eine Zeit schlecht drauf oder kündigt sich eine Depression an? Und was ist eigentlich der Unterschied zwischen einer Depression und einem Burnout? Auf diese hochaktuellen Fragen wird an diesem Abend Prof. Manfred Wolfersdorf eingehen. Wolfersdorf war bis zu seinem Ruhestand Chefarzt der Klinik für Psychotherapie, Psychiatrie und Psychosomatik in Bayreuth, ist ein international anerkannter Depressionsexperte und kann sein Wissen allgemein verständlich und packend vermitteln.

<b>Termin</b>	Di., 13.11.2018, 19:30 Uhr
<b>Ort</b>	Lutherheim Selb, Pfarrstr. 4a

## „Es ist genug, Herr ...“ – der Umgang mit Burnout und Depression in der biblischen Tradition

Die Bibel kennt Zustände, die dem, was wir heute als Burnout oder Depression bezeichnen, durchaus vergleichbar sind. Was raten die biblischen Autoren Betroffenen? Kennen sie einen Weg der Heilung oder zumindest der Linderung seelischer Schmerzen? Pfarrer Dr. Peter Hirschberg versucht als biblischer Theologe einen Brückenschlag zwischen Psychologie und christlicher Spiritualität.

Mi., 28.11.2018, 19:00 Uhr	<b>Termin</b>
Evang. Bildungs- und Tagungszentrum Bad Alexandersbad, Markgrafenstr. 34	<b>Ort</b>

### Vorankündigung:

Am 06. Februar 2019, 9:00-12:00 Uhr wird im Alexbad in Bad Alexandersbad eine Veranstaltung zum Thema Burnout im betrieblichen Kontext stattfinden. Weitere Infos ab Oktober auf: [www.gemeinsamfuertieregion.de](http://www.gemeinsamfuertieregion.de)

Außerdem finden Sie ab Oktober auf unserer Homepage Hinweise zu prophylaktischen bzw. unterstützenden Angeboten bei Depression oder Burnout.

Kontakt und Information:  
Dr. Peter Hirschberg, Tel. **09232 9939-0**  
per E-Mail [hirschberg@ebz-alexandersbad.de](mailto:hirschberg@ebz-alexandersbad.de)