

ONLINE-WORKSHOP

Umgang mit depressiven Störungen und präventives Verhalten

Am 03.06.2026 mit Dr. Thorsten Sueße und Merle Meier

www.get-the-flow.de



Beginn: 9:00-10:30, dann 15 Minuten Pause,

weiter geht's um 10:45-12:15- Ende

50 Euro Teilnahmegebühr

Anmeldung: info@therapie-merle-meier.de

Der Veranstaltungslink wird kurz vorher zugemailt

Inhalte des interaktiven Online-Workshops:

- Woran ist das Krankheitsbild „Depression“ zu erkennen?
Welchen Verlauf nimmt dieses Störungsbild?
- Welche professionellen Hilfsangebote gibt es?
- Welcher Umgang von Laienseite ist hilfreich?
- Was hilft im Notfall?
- Mit einer kurzen Lesung aus der autobiographischen Erzählung „Mein Selbstmord ist mein Anfang“ von Merle Meier
- Wir sprechen zudem darüber, wie es gelingen kann, Resilienz und Achtsamkeit ins Leben zu integrieren. Einige Hinweise dienen als Handwerkszeug für den Alltag, um stressresistenter zu werden.
- Wir freuen uns auf Sie und einen lebendigen Austausch! 😊