

# Kultur & psychische Gesundheit «Balsam für die Seele»

## Wahrnehmung sinns angebote 2019

### Theater

**Mi 30.10. und Do 31.10.  
jeweils 20 Uhr**

**Schlösslekker Vaduz  
Schwefelstrasse 14**

## Grosse kleine Schwester

von und mit Katja Baumann

«Grosse kleine Schwester» ist eine humorvolle und ergreifende Abrechnung unter Geschwistern. Unter der feinsinnigen Regie von Ueli Bichsel und dem subtilen Schau- und Figurenspiel von Katja Baumann ist eine vergnügliche und anrührende Geschichte entstanden. Voller Ironie, schonungslos und direkt, wird eine skurrile und doch plausible Geschwisterbeziehung durchleuchtet.

Kosten: CHF 25 regulär; CHF 10 für Schülerinnen und Schüler  
Anmeldung erbeten unter [www.schloesslekker.li](http://www.schloesslekker.li) oder Tel. 00423 230 10 40



### Freiluft-Ausstellung

**Do 30.10. bis 21.11.  
ganztags**

**Stein Egerta, Schaan  
In der Stein Egerta 26**

## «Impulse zum Wohlbefinden»

**Psychisches Wohlbefinden ist keine Selbstverständlichkeit.**

Auf 11 Tafeln mit kurzen, informativen Texten finden sich 10 Impulse für psychische Gesundheit sowie eine Tafel zum Thema psychische Erkrankungen. Die Texte und Reflexionsfragen können beim Vorbeigehen gelesen werden und sollen zum Nachdenken und zum Austausch über das psychische Wohlbefinden anregen. An einer der Tafeln finden sich in einer Box zusätzliche Infolyer zum Mitnehmen.

Die Besucherinnen und Besucher erfahren, wie sie ihre eigene psychische Gesundheit stärken können, wann professionelle Hilfe gefragt ist und wo Betroffene Unterstützung finden.

Eintritt frei. Keine Anmeldung erforderlich.



### Referat & Diskussion

**Di 5.11.  
19 bis 20.30 Uhr**

**Psychiatrie-Zentrum  
Hauptstrasse 27, Trübbach**

## «Recovery – vom Ende der Unheilbarkeit»

von und mit Renata Bleichenbacher und Thomas Lampert

Recovery ist Balsam für die Seele, denn es hilft, das Leben wieder in Griff zu bekommen. Das in den USA entwickelte Konzept orientiert sich am Genesungspotenzial von Betroffenen. Ein essenzieller Bestandteil der recovery-orientierten Haltung ist die Hoffnung. Es ist nicht das Ziel, nur Optimismus zu erzeugen, sondern einen dauerhaften Glauben an sich selbst zu erlangen und die Bereitschaft und das Vertrauen zu haben, Ungewissheit und Hindernisse im Leben aushalten zu können.

Eintritt frei. Keine Anmeldung erforderlich.



**Kurs**

**Mi 6.11., Mi 13.11., Mi 20.11.  
jeweils 19 bis 21 Uhr**

**Praxis PsyCon.li  
Im Malarsch 4, Schaan**

## «Erste Hilfe für die Seele» (3-teiliger Kurs)

von und mit Dipl. Psych. Nicole Keller-Hahn

In vielen Situationen des Lebens sind wir mit belastenden Situationen anderer Menschen konfrontiert. Häufig ist aber nicht klar, wie damit umzugehen ist, auch wenn wir gerne hilfreich wären.

Dieser Kurs unterstützt Sie dabei, den Blick für Betroffene zu schärfen und Symptome den verschiedenen Krankheitsbildern zuordnen zu können. Der Kurs gibt Ihnen mehr Sicherheit und Kompetenz im achtsamen Umgang mit psychisch erkrankten und gefährdeten Menschen. Das erleichtert es Ihnen, auf Betroffene zuzugehen sowie zu erkennen, wann der Beizug einer Fachperson sinnvoll ist.

Es werden Krankheitsbilder erläutert und aufgezeigt, wie Sie Betroffenen helfen können und mit welchen Schwierigkeiten zu rechnen ist. Persönliche Beispiele und Erfahrungen sind willkommen! Jedes Modul wird durch kleine Übungen zur Körperwahrnehmung und Achtsamkeit ergänzt, damit die Teilnehmenden auch für ihre eigene psychische Gesundheit Sorge tragen können und im Umgang miteinander sensibilisiert werden.

Bitte bequeme Bekleidung mitnehmen.

Kosten: CHF 125 (für alle drei Abende)

Anmeldung erbeten unter [info@steinegerta.li](mailto:info@steinegerta.li) oder Tel. 00423 232 48 22

(Kurs 04E08)



**Pirminberger Gespräche**

**Do 7.11.  
19 bis 21 Uhr**

**Klinik St. Pirminsborg  
Klosterweg 1, Pfäfers**

## «Alles was (Ge-)Recht ist!»

von und mit einer Fachperson, einer Betroffenen sowie einer Angehörigen

«Psychiatrie kann als spannungsreiche Schnittstelle von individuellen und gesellschaftlichen Bedürfnissen, Ansprüchen und Werten verstanden werden» (Paul Hoff, 2017). Dabei kann die Frage, was psychische Erkrankungen sind, aus diesen unterschiedlichen Perspektiven ergründet werden. Die Zuständigkeit liegt neben dem Einzelnen, dem erkrankten Menschen, auch bei der Gesellschaft mit Werten, Normen, Gesetzen und Behörden. Die Disziplinargewalt wird auch an die Psychiatrie übertragen. Die Legitimation ist durch Gesetze zum Schutz vor Willkür und Bestrafung vorgegeben. Die Kritik der Öffentlichkeit ist dabei im Spannungsfeld von Macht und Verantwortung zu verstehen. Einerseits als Machtmissbrauch, etwa durch Zwangseinweisung und Zwangsbehandlung, andererseits als Verantwortungslosigkeit (zu wenig Fürsorge) durch einen mangelhaften Schutz für Betroffene und Dritte oder eine falsche Delegation von Verantwortung an (urteilsunfähige) Betroffene. In einer moderierten Podiumsrunde diskutieren eine Fachperson, eine Betroffene sowie eine Angehörige dialogisch über Aspekte von Recht und Gerechtigkeit. In einem zweiten Teil öffnet sich die Diskussion dem Publikum. Der Anlass wird musikalisch begleitet von der Klinikband.

Zielgruppe: Betroffene, Angehörige, Interessierte.

Eintritt frei. Keine Anmeldung erforderlich.



### Partner/innen der Wahnsinnsnächte



**Preise** Buchung für Schulen und Betriebe (Gruppen) bzw. Sondervorstellungen sind nach Absprache und Massgabe des Platzangebotes möglich.

**Impressum** Die «Wahnsinnsnächte» sind eine Veranstaltungsreihe zum Tag der psychischen Gesundheit. **Verantwortlicher Veranstalter** Matthias A. Brüstle, [www.PsyCon.li](http://www.PsyCon.li), mit den oben genannten Partnern. Postadresse: Wahnsinnsnächte, Im Malarsch 4, FL-9494 Schaan. **Konzept und Gestaltung** Mathias Marxer Est.: **Druck** Gutenberg AG **Bildnachweis** Grosse kleine Schwester: nordart.ch/Christian Mattis; Impulse zum Wohlbefinden: OFPG; Recovery ...: zVg (Psychiatrie-Dienste Süd); Erste Hilfe für die Seele: zVg (Nicole Keller-Hahn); Alles was (ge-)Recht ist: fotolia

**Anlass und Referenz für die Wahnsinnsnächte ist der Internationale Tag der psychischen Gesundheit am 10. Oktober jeden Jahres.**

Wir wollen dem grossen gesellschaftlichen Interesse für psychische Gesundheit, allgemeine seelische Mechanismen und nachvollziehbare Darstellungen individueller und gesellschaftlich relevanter psychischer Vorgänge entgegenkommen. Ganz nebenbei machen sich die Wahnsinnsnächte stark für Prävention, Früherkennung, Akzeptanz und Behandlung von psychischem Leid. Wir wollen Wissen über psychische Erkrankungen, über Anbieter von entsprechenden Hilfeleistungen und von Selbsthilfemöglichkeiten in den beteiligten Regionen der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein vermitteln. Und wir geben Anregungen, achtsamer zu sein; mit sich selbst und gegenüber anderen.

Programmänderungen vorbehalten!

[www.wahnsinn.li](http://www.wahnsinn.li)