

Landesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen in Rheinland-Pfalz e.V.



**familien selbsthilfe
psychiatrie**

LV ApK Rheinland-Pfalz • Postfach 3001 • 55020 Mainz

An die
Mitglieder des Landesverbandes der Angehörigen
psychisch erkrankter Menschen
in Rheinland-Pfalz e. V.

Anschrift c/o Monika Zindorf,
Postfach 3001, 55020 Mainz
Tel • Fax 06131-53972 • 06131-557128
Mail H.W.Zindorf@t-online.de

Bank Genobank Mainz e.G.
IBAN: DE97 5506 0611 0000 2063 77
BIC: GENODE51MZ6

Datum 01. Februar 2019

Fachveranstaltung am 30.03.2019 in Mainz

Thema: „Resilienz – Krisen unbeschadet überstehen“

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Angehörige,

immer wieder ist festzustellen, dass Angehörige von psychisch erkrankten Menschen schweren seelischen Belastungen ausgesetzt sind. Auch Angehörige müssen aufpassen, dass sie gesund bleiben. Einige Angehörige erkranken selbst. Deshalb wollen wir uns mit dem obengenannten Thema beschäftigen.

Als Resilienz bezeichnet man in der Psychologie die Fähigkeit zu Belastbarkeit und innerer Stärke. Vor allem in der therapeutischen Arbeit wird verstärkt Wert darauf gelegt, Resilienz auszubilden und damit psychischen Störungen und anderen persönlichen Problemen vorzubeugen. Die Widerstandskraft gegen psychischen Stress und Schicksalsschläge hängt vermutlich von vielen Faktoren ab, dennoch lässt sich Resilienz trainieren.

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Angehörige, ich freue mich, dass ich Herrn Johannes Schultheis, M. Sc. Psychologe, vom Deutschen Resilienz Zentrum (DRZ) gewinnen konnte zum Thema: „Resilienz – Krisen unbeschadet überstehen“ zu referieren. Dazu lade ich Sie herzlich ein am

**Samstag, den 30. März 2019, um 10.30 Uhr,
in den Erbacher Hof, St. Hildegard-Saal,
Akademie & Tagungszentrum des Bistums Mainz,
Greibenstr. 24-26, 55116 Mainz.**

Bitte beachten Sie, dass im Anschluss an diese Veranstaltung eine Mitgliederversammlung stattfindet. Die Einladung ist beigelegt.

Mit freundlichen Grüßen

Monika Zindorf