



„EDUKATION UND TRAINING“ Gruppentermine

Zeit: Donnerstag 10:30 bis 11:30 Uhr, Ankommen/Aufnahme der Daten von 10:00 bis 10:20 Uhr
Ort: Gruppenraum EXIT-sozial, Wildbergstraße 10a, 4040 Linz
Anmeldung: vorab in der Sozialpsychiatrischen Ambulanz unter 0732/700 595 bzw. persönlich oder am selben Tag vor Ort zwischen 10:00 und 10:20 Uhr

Datum	Inhalt	Leitung
10.01.2019	Information für psychisch erkrankte Eltern Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es für mich und meine Kinder?	<i>Georg Strasser</i>
17.01.2019	Emotionen... ...erkennen/benennen/verstehen. Ein Workshop mit Theorieinput	<i>Wolfgang Seyr</i>
24.01.2019	Grenzen... ...wahrnehmen/einfordern/verstehen. Eine Auseinandersetzung mit spielerischem Zugang	<i>Wolfgang Seyr</i>
31.01.2019	Psychoedukation zum Thema Psychose Krankheitssymptome und Therapiemöglichkeiten	<i>Dr. Gregor Fuchs</i>
07.02.2019	Skillstraining I Einführung in eine verhaltensorientierte Trainingsmethode	<i>Edeltraud Laus</i>
14.02.2019	Skillstraining II Einführung und Kennenlernen einer verhaltensorientierten Trainingsmethode	<i>Edeltraud Laus</i>
21.02.2019	Sinneswahrnehmung Seine 5 Sinne bewusster erleben	<i>Georg Strasser</i>
28.02.2019	Psychoedukation Psychopharmaka Medikamente in der Psychiatrie – was gibt's da eigentlich?	<i>Dr. Harald Rasser</i>
07.03.2019	Wenn Zwänge das Leben einengen.... Information und Diskussion zu Zwangshandlungen/-gedanken	<i>Maria Haselgruber</i>
14.03.2019	Aromatherapie Umgang mit ätherischen Ölen	<i>Elfi Ceesay</i>
21.03.2019	Progressive Muskelentspannung I Einführung in eine körperorientierte Entspannungsmethode	<i>Mag. Margaretha Furruther</i>
28.03.2019	Progressive Muskelentspannung II Kurze Einführung und Übung einer körperorientierten Entspannungsmethode	<i>Mag. Margaretha Furruther</i>