

# Einladung zum Psychoseseminar im Kreis Herzogtum Lauenburg

Gesprächskreis über psychische Erkrankungen

**am Montag, 13. Nov. 2017 in Mölln und/oder  
am Dienstag, 14. Nov. 2017 in Geesthacht**

jeweils von 17:00 – 19:00 Uhr

zum Thema

## **Schlaflosigkeit – wenn die Nacht zum Tag wird**

Langschläfer – Kurzschläfer – Tiefschläfer – Leichtschläfer

Ist Schlaf verschwendete Zeit oder Energiegeber?

Wie lange darf die Einschlafzeit dauern? Was tun bei Durchschlafproblemen?

Grübeln, Lesen, Aufstehen???

Was sagen Betroffene, Angehörige, Profis?

### **Weitere Themen im 2. Halbjahr 2017:**

Selbstvertrauen und Selbstbewußtsein

Regelmäßig treffen sich im Kreis Herzogtum Lauenburg Psychiatrieerfahrene, Angehörige und Profis zum Psychoseseminar, um sich über die unterschiedlichen Aspekte im Erleben von psychischer Erkrankung (nicht nur über Psychosen) auszutauschen.

**Wer reden möchte, redet,  
wer schweigen möchte, schweigt!**

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich, ein Einstieg jederzeit möglich.

### Die nächsten Termine zum Vormerken!

#### **Mölln:**

Jeden 2. **Montag** im Monat von 17:00 - 19:00 Uhr im  
Kibis (Höltich Stift), Wasserkrüger Weg 7  
**11.12.2017**

#### **Geesthacht:**

Jeden 2. **Dienstag** im Monat von 17:00 – 19:00 Uhr in  
der VHS, Rathausstr. 58  
**12.12.2017**

Das Psychoseseminar ist von der Ärztekammer Schleswig-Holstein mit drei Fortbildungspunkten als Fortbildungsveranstaltung für Ärzte anerkannt.

**Interessenten sind herzlich willkommen!**

Email: [psychoseseminar@herzogtum-lauenburg.com](mailto:psychoseseminar@herzogtum-lauenburg.com)

-eine Veranstaltung der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft im Kreis Herzogtum Lauenburg PSAG-