

MENTAL AUFMUSKELN

Einladung zur Veranstaltung am 29. März in Halle (Saale)



Projekt zur Förderung seelischer Gesundheit für Übungs- und Gruppenleitende

Ob im Verein oder in anderen Lebenswelten: Personen mit Führungsverantwortung kommt als erste Ansprech- oder Vertrauensperson eine Schlüsselrolle zu. Insbesondere, wenn es um die psychische Gesundheit geht, die vor allem im Breitensport eine immer größere Bedeutung hat.

Doch verfügen alle über das Wissen, bei aufkommenden Fällen psychischer Erkrankung richtig zu handeln? Wie lassen sich Anzeichen erkennen und wie kann dem präventiv vorgebeugt werden?

Im Projekt MENTAL AUFMUSKELN widmen wir uns diesen Fragen und laden Sie daher am 29. März 2023 ab 18 Uhr ein.

Folgende Expertinnen und Experten sind dabei:

Wie kann man helfen und an wen kann man sich wenden?



Prof. Dr. Stefan Watzke, leitender Psychologe, Psychotherapeut (VT), Universitätsklinikum Halle und Vorstand des Bündnis gegen Depression Halle und Magdeburg e. V.

"Psychische Gesundheit muss als Basisvariable für die Entwicklung einer gesunden und leistungsfähigen Persönlichkeit begriffen werden."

Auf Schatzsuche: Die Grundpfeiler wertschätzender Führung für Übungs- und Gruppenleitende



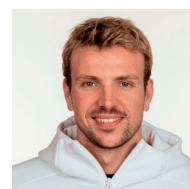
Janosch Daul, Sportpsychologe beim HFC

- Merkmale einer wertschätzenden Führung
- Gruppen im Krisenmodus verantwortungsvoll führen

Im Gespräch mit: Luise Malzahn und Paul Biedermann vom SV Halle e.V.



Ehemalige Weltklasse-athletin und ehemaliger Weltklasseathlet mit zahlreichen Erfolgen bei EM, WM und den Olympischen Spielen.



Sie berichten von ihren Karrieren und diskutieren die Möglichkeiten der Förderung seelischer Gesundheit im Vereinsleben.

Zusätzlich gibt die Ernährungswissenschaftlerin Yasemin Civrilli Impulse für eine gesunde Ernährung.

Informationen und Anmeldung

Wann: am 29. März 2023 von 18 bis 20:15 Uhr

Wo: Großer Saal des SV Halle, Kreuzvorwerk 22, 06120 Halle (Saale)

Die Plätze sind begrenzt. Melden Sie sich jetzt kostenfrei bei **Ralf Gottfried** per E-Mail an

i Diese Fortbildung ist zur Verlängerung der DOSB-Übungsleitende C sportartübergreifender Breitensport-Lizenz mit drei Lerneinheiten anerkannt.

Ihr persönlicher Ansprechpartner

 **Ralf Gottfried**
Telefon 0345 6920930
Mobil 0162 2997627

 ralf.gottfried@bkk-vbu.de

 **ServiceCenter Halle**
Rannische Straße 4
06108 Halle (Saale)



meine-krankenkasse.de