

September bis
Oktober 2024
www.ag.ch/aktionstage

AKTIONSTAGE
PSYCHISCHE
GESUNDHEIT



Veranstaltungsprogramm

Bitte konsultieren Sie vor dem Event nochmals unsere Website und die des jeweiligen Veranstalters.

1. September **Die Klinik umgeben von Wald – Natur als Ressource**
Erllinsbach 14–16.30 Uhr | Rundgang in der Natur in fachkundiger Begleitung

6.–12. September **Kreativ sein tut gut**
Aarau 8–20 Uhr | Ausstellung zum Mitmachen: Kreativität in Aarau erleben

10.–20. September **Psychische Gesundheit in der Familie**
Aarau Öffnungszeiten Museum | Eltern-Kind-Treffs mit Kurzinputs, Sinnesparcours und Infostand

ab 10. September **duften – seifen – vertrauen**
online Aktion zum Weltsuizidpräventionstag

11.–29. September **Paargeschichten am Küchentisch – Liebe und Alltag**
Aarau Öffnungszeiten Museum | Ausstellung | 11. September 2024, 18.30 Uhr: Vernissage

12. September **Das ist doch krank – Prävention von Straftaten**
Windisch 18–20 Uhr | Referate, offene Diskussionsrunde und Informationsstände

14./15. September **Aargauer Familientag: Wir feiern Familien!**
Div. Gemeinden Veranstaltung für Familien

17. September **Begegnung mit der Angst – furchtbar oder fruchtbar?**
Baden 18.45–20.30 Uhr | Referate und offene Diskussionsrunde

21. September **Belastender Lebensstart – zu mir selbst zurückfinden**
Windisch 14–15.30 Uhr | Buchvorstellung und Referat

21./22. September **Paarlife-Workshop – was Paare stark macht**
Wislikofen 16.30 Uhr | Workshop

26. September **SuchtTalk «Sucht & Spiritualität»**
Aarau 18.30–20 Uhr | Öffentliche Podcast-Aufzeichnung und Diskussion

27. September **Ver-rückte Liebe – Ein musikalischer Geschichtenabend**
Baden 20.15 Uhr | Performance Storytelling mit Musik

28. September **Was nährt mich im Alter?**
Aarau 9 Uhr | Referate, Intermezzo, Marktstände

15. Oktober **Sucht, und noch viel mehr?**
Rheinfelden 18–19.30 Uhr | Vortrag, Diskussion und Information

19. Oktober **Gestresst? Wir sammeln Tipps & Tricks!**
Aarau 11–15 Uhr | Strassenaktion

21. Oktober **Selbstbewusst älter werden – Lebenskunst des Alterns**
Aarau 19–21 Uhr | Öffentlicher Themenabend

22. Oktober **Esstörungen: Angehörige im Austausch**
online 19–20 Uhr | Online-Gruppenangebot für Angehörige von Menschen mit Essstörungen

25. Oktober **So anders – Demenz stellt jede Beziehung auf die Probe**
Suhr 18–20 Uhr | Referat

30. Oktober **Früh Verantwortung übernehmen – Young Carers**
Brugg 18 Uhr | Hybrider Informationsanlass

2. November **Let's PLAY – Game-Selbsterfahrung zur Erziehungsreflexion**
Baden 9 Uhr und 13 Uhr | Inputs, Selbsterfahrung und Diskussionsrunde

Rund 25 Institutionen sensibilisieren für das Thema, vermitteln Informationen und schaffen ein Bewusstsein für den Umgang mit psychischer Gesundheit. www.ag.ch/aktionstage



Interessengemeinschaft für betreuende Angehörige

