



AKTIONSTAGE PSYCHISCHE GESUNDHEIT

10. September bis
31. Oktober 2019

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

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

durchgehend **Teilen Sie Ihre Genussmomente!**
Machen Sie mit am Wettbewerb

10.09.2019 **Seien Sie ein Unikat!**
Aarau 11.00–13.00 Uhr | Strassenaktion zum Thema Recovery

10.09.2019 **Sich das Leben nehmen? Wie gelingt das gute Leben?**
Aarau 19.30–21.00 Uhr | Podiumsgespräch mit anschliessendem Apéro

13.09.2019 **Geschwisterkind – eine herausfordernde Rolle**
Baden 18.30–21.00 Uhr | Film, Podiumsdiskussion & Apéro

18.09.2019 **Geschwisterkind – eine herausfordernde Rolle**
Zofingen 18.30–21.00 Uhr | Film, Podiumsdiskussion & Apéro

24.09.2019 **Angehörige sind mitbetroffen**
Brugg 18.00–20.00 Uhr | Öffentliches Referat

25.09.2019 **Sind Opfer auch Täter? Häusliche Gewalt**
Aarau 18.30 Uhr | Filmvorführung

26.09.2019 **Wir behandeln Menschen und nicht Symptome**
Aarau 18.00 Uhr | Referat und offene Türen

28.09.2019 **«Altern bewegt – bewegt älter werden»**
Aarau Tag der älteren Menschen
10.00–12.30 Uhr | Referat und Gespräch in Sofaatmosphäre

01.10.2019 **«Hallo, ich bin (k)ein Ausserirdischer»**
Aarau Asperger im Übergang Schule/Beruf
18.30 Uhr | Fachreferate & Interview

12.–13.10.2019 **Vom Leuchten der Stille**
Seengen Einübung in eine mystische Spiritualität
12.10.19, 11.00 Uhr bis 13.10.19, 15.00 Uhr

13.10.2019 **«BurnOut»** Filmprojekt
Reinach 11.00 Uhr | Vorführung

15.10.2019 **Lebenselexier Freundschaft**
Rheinfelden 19.00 Uhr | Publikumsvortrag

17.10.2019 **Psychosomatische Medizin erlebbar gemacht**
Aarau Keyboard, Kunst und Kalorien
17.30–19.30 Uhr | Kurzreferat und Marktgespräche in Gruppen

19.10.2019 **Vereinbarkeit Familie und Beruf**
Aarau Zerreisssprobe zwischen Verwirklichung und Versagen
9.00–13.00 Uhr | Inputreferate und Playbacktheater

20.10.2019 **Ronni Rocket – Wie das ADHS siegt und wie es scheitert**
Brugg 11.00 Uhr | Filmmatinée mit Podiumsdiskussion und Apéro

20.10.2019 **Pilgertreff Wislikofen: Lebenshaltung Pilgern**
Wislikofen 14.30–18.30 Uhr | Pilgertreffen (Kursangebot)

27.10.2019 **«BurnOut»** Filmprojekt
Schöftland 11.00 Uhr | Vorführung

29.10.2019 **Gute Übung für schwierige Zeiten**
Frick Achtsamkeit, Selbstmitgefühl und Engagement in schwierigen Zeiten
18.30 Uhr | Vortrag

30.10.2019 **KMU – Pfeiler des Erfolgs**
Aarau 13.30–17.30 Uhr
9. Kantonale Tagung Betriebliches Gesundheitsmanagement

30.10.2019 **Tag für pflegende und betreuende Angehörige**
Diverse Orte 9.30–11.30 Uhr | Standaktionen

31.10.2019 **«BurnOut»** Filmprojekt
Wettingen 20.00 Uhr | Vorführung
