

# Psychose – wie gehen wir damit um?

Referat am Montag  
Fokus psychische Gesundheit

Nico Ruzzo  
Stationsleiter Pflege  
Akutpsychiatrie- und Notfall-  
Station A01/2  
Erwachsenenpsychiatrie

**St.Gallen**  
**Montag, 18.02.2019**

19.30–21.00 Uhr  
Hauptbahnhof  
Bahnhofplatz 2  
1. Stock, Zimmer 122

**Wil**  
**Montag, 25.02.2019**

19.30–21.00 Uhr  
Psychiatrie St.Gallen Nord  
Zürcherstrasse 30  
Restaurant C03

Eintritt frei  
ohne Voranmeldung

# Chronische Schmerzen ernst nehmen

Referat am Montag  
Fokus psychische Gesundheit

PD Dr. med. Thomas Maier  
Chefarzt Erwachsenenpsychiatrie

**St.Gallen**  
**Montag, 18.03.2019**

19.30–21.00 Uhr  
Hauptbahnhof  
Bahnhofplatz 2  
1. Stock, Zimmer 122

**Wil**  
**Montag, 25.03.2019**

19.30–21.00 Uhr  
Psychiatrie St.Gallen Nord  
Zürcherstrasse 30  
Restaurant C03

Eintritt frei  
ohne Voranmeldung

# Krise als Chance – Krisenintervention heute

Referat am Montag  
Fokus psychische Gesundheit

Claudia van Briel  
Leiterin Pflege  
Erwachsenenpsychiatrie St.Gallen  
Krisenintervention St.Gallen

**St.Gallen**  
**Montag, 15.04.2019**

19.30–21.00 Uhr  
Hauptbahnhof  
Bahnhofplatz 2  
1. Stock, Zimmer 122

**Wil**  
**Montag, 29.04.2019**

19.30–21.00 Uhr  
Psychiatrie St.Gallen Nord  
Zürcherstrasse 30  
Restaurant C03

Eintritt frei  
ohne Voranmeldung

# Heutige Arbeitswelt – macht sie uns krank?

Referat am Montag  
Fokus psychische Gesundheit

Dr. med. Jörg Bitter  
Leitender Arzt Stationäre  
Erwachsenenpsychiatrie Wil

**St.Gallen**  
**Montag, 20.05.2019**

19.30–21.00 Uhr  
Hauptbahnhof  
Bahnhofplatz 2  
1. Stock, Zimmer 122

**Wil**  
**Montag, 27.05.2019**

19.30–21.00 Uhr  
Psychiatrie St.Gallen Nord  
Zürcherstrasse 30  
Restaurant C03

Eintritt frei  
ohne Voranmeldung

## Heutige Arbeitswelt und psychische Erkrankungen

Die heutige Arbeitswelt verändert sich durch die Digitalisierung tiefgreifend. Beschleunigte Arbeitsabläufe, komplizierte Technologie, ständiger Optimierungsdruck und Erreichbarkeit zu allen Zeiten sind Schlagworte, die in Zusammenhang mit den modernen Arbeitsbedingungen häufig verwendet werden. Menschen können auf diese Veränderungen völlig entgegengesetzt reagieren. Die einen sehen Herausforderungen und neue Chancen, andere sind überfordert und werden krank. Ist es aber tatsächlich zu einer Zunahme psychischer Erkrankungen durch moderne Arbeitsbedingungen gekommen? Welche Rolle spielen in diesem Zusammenhang Fachpersonen wie Psychiater und Psychotherapeuten?

**Jörg Bitter** zeigt Zusammenhänge zwischen den modernen Arbeitsbedingungen und psychischen Erkrankungen auf und gibt zahlreiche Tipps mit auf den Weg, wie man in der heutigen Zeit gesund bleibt.

### Referat am Montag Fokus psychische Gesundheit

Achtmal pro Jahr bietet die Psychiatrie St.Gallen Nord aktuelle Informationen, Erklärungen und Wissenswertes zu psychiatrischen Themen aus erster Hand. Von Fachpersonen für die Öffentlichkeit – für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

**Psychiatrie St.Gallen Nord**  
Edith Scherer, Angehörigenberatung  
Zürcherstrasse 30, 9500 Wil  
Telefon 071 913 12 98  
edith.scherer@psgn.ch

[www.psgn.ch](http://www.psgn.ch)

## Krise als Chance – Krisenintervention heute

«Krisen beschreiben den Verlust des seelischen Gleichgewichts, den ein Mensch verspürt, wenn er mit Ereignissen und Lebensumständen konfrontiert wird, die er im Augenblick nicht bewältigen kann. Dies, weil sie von der Art und vom Ausmass her seine durch frühere Erfahrungen erworbenene Fähigkeiten zur Bewältigung seiner Lebenssituation überfordern.» (Sonneck 2000)

**Claudia van Briel** bietet in ihrem Vortrag neben theoretischen Grundlagen einen interessanten Einblick in die Arbeit auf unserer Kriseninterventionsstation in St.Gallen. Dabei zeigt sie auf, wie wichtig die interdisziplinäre Zusammenarbeit auf Augenhöhe ist. Auch verdeutlicht sie, dass Freiwilligkeit, Absprachefähigkeit und Transparenz von zentraler Bedeutung sind, um die Hilfesuchenden zu befähigen, ihr Leben wieder selbstständig in die Hand zu nehmen.

### Referat am Montag Fokus psychische Gesundheit

Achtmal pro Jahr bietet die Psychiatrie St.Gallen Nord aktuelle Informationen, Erklärungen und Wissenswertes zu psychiatrischen Themen aus erster Hand. Von Fachpersonen für die Öffentlichkeit – für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

**Psychiatrie St.Gallen Nord**  
Edith Scherer, Angehörigenberatung  
Zürcherstrasse 30, 9500 Wil  
Telefon 071 913 12 98  
edith.scherer@psgn.ch

[www.psgn.ch](http://www.psgn.ch)

## Chronische Schmerzen und ihre Behandlung

Chronische Schmerzen sind eines der wichtigsten Gesundheitsprobleme der heutigen Zeit. Im Unterschied zu akuten Schmerzen sind chronische Schmerzen nicht mehr Ausdruck einer Organschädigung oder Verletzung, sondern emotionale Signale. Zusammen mit den anderen «Leitsymptomen» unserer Zeit, der Angst und der Depression, drücken chronische Schmerzen ein Leiden aus, das umfassend verstanden und behandelt werden muss. Die Therapie beruht auf mehreren Pfeilern und umfasst u.a. Elemente wie körperliche Aktivierung, Entspannung, Psychotherapie, soziale Unterstützung und Selbsthilfe.

**Thomas Maier** erläutert die medizinischen, psychologischen und gesellschaftlichen Hintergründe der «Volkskrankheit» Schmerz und zeigt auf, wie heutige Behandlungskonzepte funktionieren.

### Referat am Montag Fokus psychische Gesundheit

Achtmal pro Jahr bietet die Psychiatrie St.Gallen Nord aktuelle Informationen, Erklärungen und Wissenswertes zu psychiatrischen Themen aus erster Hand. Von Fachpersonen für die Öffentlichkeit – für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

**Psychiatrie St.Gallen Nord**  
Edith Scherer, Angehörigenberatung  
Zürcherstrasse 30, 9500 Wil  
Telefon 071 913 12 98  
edith.scherer@psgn.ch

[www.psgn.ch](http://www.psgn.ch)

## Psychose?! Wie damit umgehen?

Psychotische Störungen stellen alle direkt oder indirekt betroffenen Menschen vor Herausforderungen. Die direkt Betroffenen erfahren erhebliche Einschränkungen und Belastungen im alltäglichen Leben. Damit umzugehen ist nicht einfach. Aber auch Angehörige, das Umfeld und Bezugspersonen sind von einer Psychose indirekt betroffen und sehen sich konfrontiert mit grossen Herausforderungen. Wie kann oder soll man mit einem Menschen mit einer Psychose umgehen? Worauf ist zu achten? Und wie kann man sich abgrenzen?

**Nico Ruzzo** erklärt, dass man auf der einen Seite Rücksicht auf die eigenen Bedürfnisse nehmen, gleichzeitig aber auch den täglichen Umgang mit dem Betroffenen üben sollte. Sein Vortrag soll es erleichtern, mit sich selbst und mit Menschen mit einer Psychose umzugehen.

### Referat am Montag Fokus psychische Gesundheit

Achtmal pro Jahr bietet die Psychiatrie St.Gallen Nord aktuelle Informationen, Erklärungen und Wissenswertes zu psychiatrischen Themen aus erster Hand. Von Fachpersonen für die Öffentlichkeit – für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

**Psychiatrie St.Gallen Nord**  
Edith Scherer, Angehörigenberatung  
Zürcherstrasse 30, 9500 Wil  
Telefon 071 913 12 98  
edith.scherer@psgn.ch

[www.psgn.ch](http://www.psgn.ch)