

Warum machen wir als Kirchengemeinde mit?

Für uns als Kirchengemeinde bietet sich durch das Projekt die Chance, Gesundheitsthemen aufzugreifen und in unserer Gesellschaft einen wichtigen Beitrag zur Förderung von Gesundheit und Begleitung von erkrankten Menschen zu leisten.

In unserer Gesellschaft wird selten über das Thema seelische Gesundheit – seelische Erkrankung gesprochen. Jeder Mensch erlebt im Laufe seines Lebens schwere Momente oder Krisen. In manchen Lebenssituationen können wir diese Herausforderungen besser bewältigen, in anderen fällt es uns besonders schwer.

Wir als Kirchengemeinde möchten deshalb Menschen mit psychischen Erkrankungen bewusster wahrnehmen und unsere eigene Seele aufmerksamer erleben.

In einer kleinen Projektgruppe aus engagierten und interessierten Gemeindemitgliedern haben wir begonnen, uns mit dem Thema seelische Gesundheit näher zu beschäftigen. Wir haben herausgefunden, dass in unserer Kirchengemeinde bereits viele Angebote bestehen, die zu seelischer Gesundheit beitragen können.

In unserer Kirchengemeinde wird seelische Gesundheit gefördert durch

- **Gemeinsames Feiern der Gottesdienste**
- **Zwischenmenschliche Begegnungen**
- **Informationen zum Thema im Gemeindebrief**
- **Gesprächsangebote**
- **Die Möglichkeit, sich mit dem eigenen Glauben und der eigenen Seele zu beschäftigen**

Ihre Ansprechpartner zum Projekt

Ansprechpartnerinnen aus der Projektgruppe

Frau Heidrun Ferguson

Tel.: 0711 50 420 567

Frau Dorothee Süßer

Tel.: 0711 44 033 900

Gemeindepsychiatrisches Zentrum Birkach

Ansprechpartnerin Sonja Zug

Alte Dorfstraße 16

70599 Stuttgart

Tel.: 0711 457 9823

Fax: 0711 458 6752

e-Mail: sonja.zug@eva-stuttgart.de



Evangelische Kirchengemeinde Alt-Heumaden

Pfarrer Jörg Scheiring

Schwendestraße 3

70619 Stuttgart

Tel.: 0711 44 55 22

Fax: 07 11 44 16 788

e-Mail: Pfarramt.Alt-Heumaden@elkw.de



Difäm Deutsches Institut für Ärztliche Mission e.V.

Ansprechpartnerin: Beate Jakob

Mohlstraße 26, 72074 Tübingen

Tel.: 07071 704 90 17

Fax: 07071 704 90 39

e-Mail: jakob@difaem.de



Seelische Gesundheit

Was hilft mir?
Was tut mir gut?

Evangelische Kirchengemeinde Alt-Heumaden im Gespräch über seelische Gesundheit

Das Projekt „Seelische Gesundheit fördern in Kirchengemeinden des evangelischen Kirchenkreises Stuttgart“

ist eine Initiative von
Difäm – Gesundheit in der Einen Welt
Deutsches Institut für Ärztliche Mission e.V.
und der Evangelischen Gesellschaft e.V.
in Kooperation mit
der Kirchengemeinde Alt-Heumaden
und wird gefördert von
der Stiftung Diakonie Württemberg.



Worum geht es im Projekt „Seelische Gesundheit fördern in Kirchengemeinden des evangelischen Kirchenkreises Stuttgart“?

Psychische Erkrankungen gehen uns alle an – jede/ jeder Dritte leidet im Laufe seines Lebens an einer behandlungsbedürftigen psychischen Erkrankung, Tendenz steigend. Dementsprechend gehen viele von uns mit dem Thema um: als Betroffene, als Angehörige oder als Nachbarn, Freunde und Gemeindeglieder.

Betroffenen Menschen steht eine große Auswahl an medizinischen, psychotherapeutischen und anderen Behandlungen zur Verfügung. Diese professionellen Therapien können jedoch durch ein soziales Netz und Halt gebende Glaubens- und Wertvorstellungen wesentlich ergänzt werden. Darüber hinaus sind diese Faktoren auch bedeutend in der Förderung psychischer Gesundheit und der Prävention psychischer Erkrankungen.

Kirchengemeinden können also als soziales Netz und als Orte des gemeinsam gelebten Glaubens Halt und Unterstützung für viele Menschen bieten. Durch die Thematisierung existentieller Fragen und als Vermittler von Lebenssinn und Hoffnung können Kirchengemeinden gerade in belastenden Lebenssituationen stützend sein. Diese Ressource soll sichtbar gemacht und mehr ins Bewusstsein gerückt werden.

Mit freundlicher Unterstützung:



Termine

Frauenfrühstück

Jeden letzten Dienstag im Monat, von **9:00 bis 11:00 Uhr**, treffen sich Frauen aller Altersstufen zum gemeinsamen Frühstück mit anschließendem Vortrag und Austausch im Gemeindehaus. An folgenden Terminen steht das Thema Seele im Mittelpunkt:

31. Januar: „Über's Segnen“

Hanna Tischer, Referentin, Hebräischlehrerin

28. März: „Sa(e)litenwechsel – zerrissen oder alles fest im Griff?“

Vortrag mit Harfenspiel
Ariane Kahl-Gaertner, Gemeindeferentin, Harfenistin

25. April: „Wenn die Seele nicht mehr singt – Vom Umgang mit Depressionen“

Albrecht Wandel, Leiter BSK (Bibelstudienkolleg), Dozent

29. September: „Glück ist eine ernste Sache – Vortrag, Theater, Musik“

Bianca-Maria Uhl, Kinderkrankenschwester, Theaterpädagogin, Chorleiterin

24. Oktober: „Das innere Kind reifen lassen“

Anne Lamm, Diplompsychologin, Psychologische Psychotherapeutin

Männertreff

Beim Männertreff treffen sich Männer ab etwa 40 Jahren regelmäßig in geselliger Runde und tauschen sich zu verschiedenen Themen aus.

Die Zusammenkünfte finden einmal im Monat **am Montagabend um 19:30 Uhr** im Gemeindehaus statt (Vorträge ab 20.00 Uhr).

Am **27. März** wird es um das Thema

„**Lonely Cowboys – warum Männer Freunde brauchen**“ gehen.

Herr Burghardt wird dazu referieren.

Termine

Singen für die Seele

Singen, besonders in Gemeinschaft, gilt inzwischen als sehr gesundheitsförderlich, sowohl in körperlicher als auch in seelischer Hinsicht. Wer gemeinsam singt, macht einen Schritt auf den anderen zu, stellt sich auf ihn ein, empfindet sich als Teil von etwas Größerem und hat Erfolgserlebnisse gemeinsam mit anderen.

An folgenden Samstagen treffen wir uns **von 15:00 bis 17:00 Uhr mit Frau Kauschke** im Gemeindehaus zum Volkslieder singen:

25. Februar	17. Juni	23. September
25. März	8. Juli	11. November
22. April	12. August	9. Dezember
6. Mai	28. August	

Wir versüßen uns den Nachmittag zusätzlich mit Kaffee und Kuchen.

Unsere bisherigen Angebote stehen Ihnen natürlich auch offen:

Gospelchor donnerstags alle 2 Wochen sowie
Ad hoc Chor mehrmals im Jahr.

Konzert des Gospelchors Good News

Sie sind **am 18. März um 19:00 Uhr** herzlich eingeladen zu einem Konzert in der **alten Kirche Heumaden** mit fetziger Saxophon- und Klavierbegleitung. Wir freuen uns wenn Sie Mitklatschen, Mitmachen und Mitsingen.

Stufen des Lebens

Religionsunterricht für Erwachsene: „Überrascht von der Freude“
Bibellesen neu entdecken – Texte aus dem Neuen Testament
lautet das diesjährige Thema unseres Kurses an folgenden
Donnerstagen von 9:30 bis 11:30 Uhr

22. Juni	6. Juli	20. Juli
29. Juni	13. Juli	

Anmeldezettel und nähere Infos finden Sie auf den Flyern im Gemeindehaus.

Gesprächsangebot

Wie bisher können Sie natürlich gerne
Pfarrer Scheiring ansprechen.

Gottesdienst zum Thema seelische Gesundheit

Sie sind herzlich zum Themengottesdienst
am **8. Oktober um 10:00 Uhr** eingeladen.