

**PROGRAMM
JAN-MRZ**

2024

OFFENES STAMMTISCHTREFFEN
**FÜR MITGLIEDER, BETROFFENE, ANGEHÖRIGE
UND INTERESSIERTE.**

15.01., 19.02. und 18.03.2024, ab 18:30 Uhr



35 milli(m)eter, Bayerstraße 3 - 5, München

Anmeldung nicht nötig | Reservierung läuft auf „Bündnis“

INFOTELEFON
VON BETROFFENEN FÜR BETROFFENE.

Jeden Freitag, 11:00 - 13:00 Uhr



089 540 45 120

EX-IN-Genesungsbegleiterin Karolina De Valerio bietet Ihnen:

- eine Lotsenfunktion durch das Hilfesystem
- ein offenes Ohr
- Empathie und Verständnis

Das Infotelefon ist kostenlos

DEPRESSION?

**LASS
DIR
HELFFEN!**

VERANSTALTUNGEN
UND AKTIVITÄTEN
IN MÜNCHEN

WWW.MUENCHEN-DEPRESSION.DE

 **MUENCHEN-DEPRESSION.DE**

 **089 540 45 120**

 **AKTION_DEPRESSION**

 **MUENCHNERBUENDNISGEGENDEPRESSION**

 **INFO@MUENCHEN-DEPRESSION.DE**

Münchner Bündnis gegen Depression e.V.
Luisenstraße 43
80333 München



münchner
bündnis
gegen
DEPRESSION



Landeshauptstadt
München
Gesundheitsreferat

TAGUNG

DEPRESSION 4.0 – PSYCHISCH GESUND MIT DEM SMARTPHONE?

19.02. - 20.02.2024

 Evangelische Akademie Tutzing
Schlossstr. 2+4, 82327 Tutzing

Wieviel digitales Leben ist gesund? Das Internet kann einsam und krank machen, gleichzeitig versprechen virtuelle Angebote Hilfe bei Depressionen. Sind Digitale Gesundheitsanwendungen Ersatz, Ergänzung oder Konkurrenz für analoge Therapien?

Kosten und Anmeldung



www

ev-akademie-tutzing.de/veranstaltung/
depression-4-0-psychisch-gesund-mit-
dem-smartphone/

LAUFGRUPPE

GEMEINSAMES LAUFEN FÜR MENSCHEN MIT DEPRESSION, FREUNDE UND ANGEHÖRIGE.

Jeden Montag, 18:30 Uhr

 Veterinärstraße 1 (vor dem Gebäude), München
Wir laufen im Englischen Garten

Mit Unterstützung von erfahrenen Lauftrainer:innen

Weitere Infos



www

muenchen-depression.de/unsere-
angebote/laufgruppe/

Anmeldung nicht nötig | Kostenlos

SPAZIERGANGGRUPPE

AUSTAUSCH BEWEGT!

Jeden Dienstag, 13:30 - 14:30 Uhr



Königsplatz 3 (vor der Glyptothek), München

Unser Angebot richtet sich an Betroffene, Angehörige und Interessierte. Kommen Sie einfach am Termin zum Treffpunkt.

Weitere Infos



www

muenchen-depression.de/unsere-
angebote/spazierganggruppe/

Anmeldung nicht nötig | Kostenlos

ONLINEVORTRÄGE

TAGSÜBER IN BEHANDLUNG, ABENDS DAHEIM. FÜR WEN SIND TAGKLINIKEN FÜR PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN GEEIGNET UND WORIN UNTERSCHIEDEN SIE SICH?

06.02.2024, 18:30 - 19:30 Uhr

KANN MAN PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN IM KÖRPER MESSEN?

19.03.2024, 18:30 - 19:30 Uhr



Max-Planck-Gesundheitsforum **ONLINE**

Mehr Infos zu beiden Vorträgen



www

psych.mpg.de/gesundheitsforum

Kostenlos | Anmeldung nicht nötig