



**Kein Tabu – sprich darüber**



**Gemeinsam gegen**



**Stress, Angst und Depression**

**Für Betroffene, Angehörige und für alle, die etwas  
für ihre psychische Gesundheit tun möchten**



**MODERATION  
NIK HARTMANN**

**Volkshaus Zürich  
Samstag, 21. April 2018  
9.00–16.15 Uhr**

**Informationen: [www.sgad.ch](http://www.sgad.ch)**

# Programm

9.00 UHR

Eintreffen, Registrierung  
und Begrüssungskaffee

9.30 UHR

## Begrüssung

PROF. DR. MED.  
EDITH HOLSBOER-TRACHSLER,  
PRÄSIDENTIN SGAD

## Wenn Angst krank macht

DR. MED. JOSEF HÄTTENSWILER,  
ZENTRUM FÜR ANGST- UND  
DEPRESSIONSBEHANDLUNG ZÜRICH

10.15 UHR

Pause

10.45 UHR

## Depression – das Leben wird bleischwer

PROF. DR. MED. ERICH SEIFRITZ,  
PSYCHIATRISCHE UNIVERSITÄTS-  
KLINIKEN ZÜRICH

## Was heisst depressiv sein? Aus der Gefühls- welt von Betroffenen und Angehörigen

PD DR. SC. NAT. RICO NIL,  
PRÄSIDENT PATIENTEN-  
ORGANISATION EQUILIBRIUM

11.45 UHR

Mittagspause

13.00 UHR

## Workshops

1–9

15.45 UHR

## Podiumsdiskussion

ES DISKUTIEREN BETROFFENE  
SOWIE VERTRETER VON  
PATIENTENORGANISATIONEN UND  
ÄRZTESCHAFT

16.15 UHR

Ende

KONGRESS

## Kein Tabu – sprich darüber Gemeinsam gegen Stress, Angst und Depression

Volkshaus Zürich, Samstag, 21. April 2018

Eintritt: CHF 20.–

Informationen: [www.sgad.ch](http://www.sgad.ch)

Anmeldung: <https://goo.gl/TWGNbs>

## Workshops

13.00–15.30 UHR (JE 45 MIN.)

- 1** Hat mein Kind eine Depression?  
PROF. DR. MED. DIPL. PSYCH.  
SUSANNE WALITZA, ZENTRUM FÜR KINDER-  
UND JUGENDPSYCHIATRIE, UNIVERSITÄT  
ZÜRICH
- 2** Pflanzliche Arzneimittel bei Angst  
und Depression
- 3** Wenn Kinder und Jugendliche über-  
mässig Angst haben  
PROF. DR. MED. DIPL. PSYCH.  
SUSANNE WALITZA, ZENTRUM FÜR KINDER-  
UND JUGENDPSYCHIATRIE, UNIVERSITÄT  
ZÜRICH
- 4** Psychisch gesund im Arbeitsumfeld  
DR. MED. DIETER KISSLING, INSTITUT FÜR  
ARBEITSMEDIZIN BADEN
- 5** Auf in eine neue Welt – wenn  
Migration von Angst und Depression  
begleitet wird  
DR. MED. JANIS BRAKOWSKI, PSYCHIATRI-  
SCHE UNIVERSITÄTSKLINIKEN ZÜRICH
- 6** Guter Schlaf für eine gesunde Seele  
DR. MED. THORSTEN MIKOTEIT,  
PSYCHIATRISCHE DIENSTE SOLOTHURN
- 7** Yoga für eine gesunde Seele
- 8** Gesundes Essen für Herz und Seele
- 9** Psyche und Sport  
DR. MED. CHRISTIAN IMBODEN,  
PRIVATKLINIK WYSS

## Besuchen Sie während den Pausen unsere Ausstellung im Foyer!

UNSER DANK FÜR DIE GROSSZÜGIGE UNTER-  
STÜTZUNG GEHT AN:

**MEDIA  
PLANET**

**W**  
PRIVATKLINIK WYSS

verein**stress**management