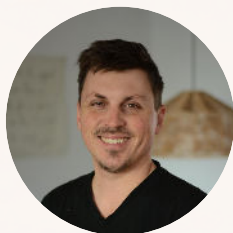


Mediennutzung & mentale Gesundheit: Zusammenhänge verstehen, bewusst handeln

Mittwoch, 14.10.26 | 19:30-20:30 Uhr | Online

Inhalt

Apps, Social Media und Online-Games begleiten unseren Alltag – doch wie schaffen sie es, unsere Aufmerksamkeit so lange zu fesseln? In diesem Seminar erfahren Sie, welche Mechanismen hinter der "Sucht nach dem Bildschirm" stecken, wie die Technologiebranche unser Nutzungsverhalten beeinflusst und welche Auswirkungen dies auf unsere mentale Gesundheit haben kann. Sie erhalten praktische Tipps für einen gesunden Umgang mit digitalen Medien im Alltag und erfahren, worauf Eltern achten sollten, um ihre Kinder bei der sicheren und ausgewogenen Nutzung von Social Media und Online-Games zu begleiten. Ziel des Seminars ist es, digitale Medien bewusst zu nutzen und ein gesundes Familienleben zu fördern.



ein Seminar mit
Manuel Sept
Digital Coach

Manuel Sept ist verheiratet und Vater von drei Kindern. Er arbeitet in der Jugendarbeit zweier Kirchengemeinden und begleitet junge Menschen in ihrem Alltag und Glauben. Als Digital Coach beim Blauen Kreuz ist er außerdem an Schulen im Bereich der Prävention von Medien- und Gaming Sucht tätig. In Workshops und Vorträgen arbeitet er mit Schülerinnen und Schülern sowie mit Eltern und vermittelt praxisnah, wie digitale Medien bewusst und gesund genutzt werden können.

Anmeldung & Kontakt

9 weitere Angebote anschauen



scannen oder klicken



www.eghn.de



yossi.troeger@eghn.de



+49 1515 9848 057



Yossi Tröger

Woche für seelische Gesundheit

10 Angebote vom 09.-20.10.26

Eine Aktionswoche von

MENSCH:SEIN
Initiative für gelebte Seelsorge des EGHN


Evangelischer
Gemeinschaftsverband
Hessen-Nassau



Aktionsbündnis
Seelische Gesundheit

Woche für seelische Gesundheit

Eine Aktionswoche von

10 Angebote vom 09.-20.10.26

MENSCH:SEIN
Initiative für gelebte Seelsorge des EGHN



Thema	Datum	Referent / Ort / Zeit
Seelsorgekolleg: Persönlichkeitsstrukturen, Rollen & Erwartungen (für Seelsorgende mit Grundkenntnisse)	09.-11.10.26	mit Marion Siebert, Frauke & Reinhard Baum 34626 Neukirchen Fr. 18 – So. 13 Uhr
Seelische Gesundheit für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz	12.10.26	mit Stefan Piechottka - Goldzeit Online 19-20 Uhr
Bibliolog – „Immer ich?“ Biblische Erzählungen verbinden sich mit der eigenen Lebenswelt	13.10.26	mit Renate Flohrschütz & Anette Schmidt 36272 Niederaula 19:30-21 Uhr
Mediennutzung & mentale Gesundheit: Zusammenhänge verstehen, bewusst handeln.	14.10.26	mit Manuel Sept Online 19:30-20:30 Uhr
Kein Add-On-Programm, sondern Kultur & Klima: Mentale Gesundheit gemeinsam gestalten	15.10.26	mit Heiko Kienbaum & Rahel Schrameyer - Nefesch e.V. Online 19-20:30 Uhr
Aktionstag im Therapiezentrum Bischoff Talks zu: Betroffen oder mitbetroffen von psychischer Krankheit	16.10.26	mit Ruth Bär Aktionstag 10-16 Uhr 34626 Neukirchen Talks um 11-11:30 Uhr & 14-14:30 Uhr
Wo finde ich Halt? Die Gottesbeziehung als mögliche Ressource erfahren. Geistlich-seelsorgerliche Übungen.	17.10.26	mit Cordula Odin-Gebhardt 35085 Ebsdorfergrund 18-21 Uhr
“Sing meine Seele” - ein musikalischer Abend mit einem persönlichen Dialog zu psychischer Gesundheit	18.10.26	mit Anika Kissner 63505 Langenselbold 18-19:15 Uhr
Körperliche Zusammenhänge psychischer Erkrankungen	19.10.26	mit Dr. med. Bettina Wurm Online 19-20 Uhr
Akku laden im Alltagschaos Burnout Prävention für Mütter und Väter	20.10.26	mit Tanja Haarlammert von Team F Online 20-21:30 Uhr

Alle Angebote (außer Nr. 1) sind kostenfrei

Weitere Infos, Anmeldung & Kontakt:



scannen oder klicken



www.eghn.de



yossi.troeger@eghn.de



+49 1515 9848 057



Yossi Tröger

Leiter der Seelsorgearbeit im EGHN