



Miteinander statt nebeneinander – für eine Gesell- schaft in der jede Psyche zählt



PROGRAMMÜBERSICHT

WOCHE DER SEELISCHEN GESUNDHEIT

10.10. - 20.10.2026



VINCERA KLINIKEN
Privatkliniken für psychosomatische
Medizin und Psychotherapie
Schlossberg 10, 92533 Wernberg-Köblitz
Tele: +49 (0) 9604 939 134
www.vincera-kliniken.de

MITEINANDER STATT NEBENEINANDER – FÜR EINE GESELLSCHAFT IN DER JEDE PSYCHE ZÄHLT



... unter diesem Motto setzt das Aktionsbündnis Seelische Gesundheit wieder ein großes Ausrufezeichen für mehr Akzeptanz und gegen Ausgrenzung. Seit zwei Jahrzehnten engagiert sich die Initiative bereits erfolgreich in der Antistigma- und Netzwerkarbeit, sorgt in der Politik, Fachwelt und der Öffentlichkeit für mehr Präsenz und gemeinsam mit zahlreichen Unterstützern für mehr Aufklärung rund um das so wichtige Thema der seelischen Gesundheit. Das gemeinsame Ziel war und ist es, Menschen mit psychischen Erkrankungen sowie ihre Angehörigen zu stärken!

Auch wir möchten in diesem Jubiläumsjahr wieder unseren Beitrag dazu leisten. Ob im Rahmen unterschiedlicher Online-Vorträge für alle Informationssuchenden, gezielter Fachveranstaltungen für Experten aus dem Gesundheitswesen oder direkt bei uns vor Ort für Patienten, ehemalige Patienten und deren Angehörige – unser Vincera Klinikverbund hat dafür ein spannendes, vielseitiges Programm für die Aktionswoche zusammengestellt.

4 - 12

PROGRAMM FÜR JEDERMANN

14 - 17

PROGRAMM VOM FACH FÜR'S FACH

18 - 19

ÜBER VINCERA



PROGRAMM FÜR JEDERMANN

BETROFFENE | ANGEHÖRIGE | INFORMATIONSSUCHEnde

Ob z. B. Depressionen, Burnout, ADHS, posttraumatische Belastungen, Schlafstörungen, Zwangs- und Stressfolgeerkrankungen oder psychosomatische Beschwerden: Psychische Erkrankungen können jeden treffen – sind dabei aber ganz gewiss keine Frage von Schuld, persönlicher Schwäche oder Wesensart. Sie sind keine Seltenheit und machen keinen Halt vor Geschlecht, Alter oder Einkommen! Ihre Entstehungsgeschichten sind dabei so individuell wie die Lebensgeschichten eines jeden einzelnen Betroffenen. Und obwohl sie so präsent Einzug in die Gesellschaft gehalten haben, wird heutzutage immer noch zu häufig mit “vorgehaltener Hand” und im Generellen viel zu leise darüber gesprochen! Wo Aufklärung, Expertise und Hilfestellung fehlen, ist leider zu viel Platz für Tabus, Schweigen, Stigmata und Hilflosigkeit. Uns ist es ein sehr großes Anliegen, mit unserer Expertise in der Öffentlichkeit für mehr Achtsamkeit sowie Verständnis zu sorgen und unser Wissen mit all denen zu teilen, die auf der Suche nach Hilfe, Informationen oder Austausch sind.



SCHLAFSTÖRUNGEN – DIE NACHT KOMMT, DER TAG GEHT

Schlafstörungen können sowohl eigenständige Erkrankungen darstellen als auch als Symptom von anderen psychischen Erkrankungen auftreten. Erfahren Sie, was wirklich hinter den Schlafstörungen steckt und was bei der Bekämpfung der Symptome helfen kann.



Wann: Freitag, 09.10.2026, um 11.30 Uhr



Was: Hybridveranstaltung | Vortrag



Wer: Prof. Dr. med. Kamila Jauch-Chara, Chefärztin, Vincera Klinik Bad Waldsee



Wo: online via Zoom oder in Präsenz vor Ort



Für wen: alle Interessierten



Wie*: bad-waldsee@vincera-kliniken.de



MITEINANDER STATT NEBENEINANDER IN DER BURG WERNBERG

Informationsaustausch, Dialog und Beisammensein: Wir laden zum Austausch, Wiedersehen oder Kennenlernen ein!



Wann: Freitag, 09.10.2026, um 15.00 Uhr



Was: Präsenzveranstaltung



Wer: Dr. med. Lisa Fiedler, Chefärztin, Vincera Klinik Burg Wernberg



Wo: Vincera Klinik Burg Wernberg



Für wen: nur für Patienten, ehemalige Patienten und deren Angehörige. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!



Wie*: burg-wernberg@vincera-kliniken.de



DIAGNOSTIK VON ADHS: TIKTOK-SUPERPOWER ODER EINE SCHWERE PSYCHISCHE STÖRUNG?!

ADHS ist aus dem Schattendasein einer gewaltvollen Darstellung im Struwpeter herausgewachsen – nicht auch zuletzt mit Hilfe von TikTok und Co. Viele spezifische und unspezifische Diagnosemarker kommen in den Fokus. Wie aber gestaltet sich die leitlinien-gerechte Diagnostik genau?

 **Wann:** Montag, 12.10.2026, um 14.30 Uhr

 **Was:** Online-Veranstaltung | Vortrag

 **Wer:** Sascha Fischer, Leitender Psychologe, Vincera Klinik Spreewald

 **Wo:** online via Zoom

 **Für wen:** alle Interessierten

 **Wie*:** spreewald@vincera-kliniken.de



WAS SIND PSYCHISCHE STÖRUNGEN?

Es gibt viele Mythen und Fehlannahmen im Hinblick auf die psychische Gesundheit. In diesem Vortrag und der anschließenden Diskussion sollen die häufigsten Erkrankungsbilder, deren Ursachen, Symptome und Behandlungsoptionen aufgezeigt werden. Die anschließende Diskussion soll zu einem besseren Verständnis in Bezug auf die psychischen Erkrankungen und einem verbesserten Umgang mit den Betroffenen führen.



Wann: Montag, 12.10.2026, um 15.30 Uhr



Was: Online-Veranstaltung | Vortrag



Wer: Prof. Dr. med. Kamila Jauch-Chara, Chefärztin, Vincera Klinik Bad Waldsee



Wo: online via Zoom



Für wen: alle Interessierten



Wie*: bad-waldsee@vincera-kliniken.de



ICH BEISS' MICH FEST!

Viele Menschen kommen wegen Nacken-, Kopf- oder Gesichtsschmerzen zur Behandlung und ahnen nicht, dass die Ursache im Kiefergelenk liegen kann. Im Kiefer zeigt sich oft, was uns im Alltag belastet: Wir beißen die Zähne zusammen, halten Spannung fest und verlieren die Fähigkeit, loszulassen. Genau hier setzt die physiotherapeutische Kiefergelenksbehandlung an.



Wann: Dienstag 13.10.2026, um 11.00 Uhr



Was: Online-Veranstaltung | Vortrag



Wer: Sarah Paschke, Physiotherapeutin, Vincera Klinik Spreewald



Wo: online via Zoom



Für wen: alle Interessierten



Wie*: spreewald@vincera-kliniken.de



Falls Sie oder einer Ihrer Angehörigen Unterstützung in einer psychischen Krise benötigen – wir können helfen!
www.vincera-kliniken.de



JEDE BEWEGUNG ZÄHLT – ABER WANN IST ES ZU VIEL?

10.000 Schritte hier, Beweglichkeit da, Krafttraining dort, Achtsamkeit und Entspannung aber bitte auch nicht vergessen! Viele verschiedene Empfehlungen und Mythen führen dazu, dass unser Alltag immer voller wird. Die Folge: Überforderung, Übertraining und auch Stress – dabei soll Bewegung doch eigentlich gegen den Stress helfen. Wie erkenne ich, was das richtige Maß ist und wann ich meine ganz persönliche Grenze überschritten habe?



Wann: Dienstag 13.10.2026, um 13.00 Uhr



Was: Online-Veranstaltung | Vortrag



Wer: Nancy Brandenburger, Sporttherapeutin, Vincera Klinik Spreewald



Wo: online via Zoom



Für wen: alle Interessierten



Wie*: spreewald@vincera-kliniken.de



ENTSPANNTE MITTE – WARUM DER BECKENBODEN MEHR ALS TRAINING BRAUCHT

Beckenbodengesundheit bedeutet nicht nur Kräftigung. Ebenso wichtig sind Entspannung, Regeneration und ein achtsamer Umgang mit den eigenen Bedürfnissen. Während des Vortrags zeigen wir Ihnen alltagstaugliche Übungen und wie eine entspannte Körpermitte auch das seelische Wohlbefinden fördern kann.



Wann: Donnerstag, 15.10.2026, um 13.30 Uhr



Was: Online-Veranstaltung | Vortrag



Wer: Isabell Pötschick, Physiotherapeutin, Vincera Klinik Spreewald



Wo: online via Zoom



Für wen: alle Interessierten



Wie*: spreewald@vincera-kliniken.de



MENTAL LOAD LOSLASSEN – MIT KUNSTTHERAPIE ZU MEHR LEICHTIGKEIT IM ALLTAG

Immer funktionieren, organisieren und an alles denken – viele Menschen kennen diese unsichtbaren Belastungen. Doch wie gelingt es, den eigenen Kopf wieder freier zu bekommen? Dieser Vortrag gibt einen Einblick in das Phänomen “Mental Load” und zeigt alltagstaugliche Wege auf, um Überforderung vorzubeugen und die eigene Balance zu stärken. Erleben Sie, wie Kunsttherapie helfen kann, Stress kreativ zu verarbeiten, die Verbindung zu sich selbst zu fördern und neue Kraftquellen zu entdecken. Halten Sie dafür gerne Papier und Stift parat!



Wann: Donnerstag, 15.10.2026, um 16.00 Uhr



Was: Online-Veranstaltung | Vortrag



Wer: Lilly Ellwart, Kunsttherapeutin, Vincera Klinik Spreewald



Wo: online via Zoom



Für wen: alle Interessierten



Wie*: spreewald@vincera-kliniken.de



UMGANG MIT ÄNGSTEN: DIE ANGST VOR DER ANGST

Ängste gehören zu den häufigsten Erkrankungen weltweit. In dieser Veranstaltung sollen Ihnen einerseits die typischen Erkrankungen vorgestellt, andererseits Tipps zum Umgang mit den Symptomen gegeben werden.



Wann: Freitag, 16.10.2026, um 12.00 Uhr



Was: Hybridveranstaltung | Vortrag



Wer: Prof. Dr. med. Kamila Jauch-Chara, Chefärztin, Vincera Klinik Bad Waldsee



Wo: online via Zoom oder in Präsenz vor Ort



Für wen: alle Interessierten



Wie*: bad-waldsee@vincera-kliniken.de



GENIESS DICH GESUND!

Wie oft machen wir uns Gedanken über die „gesunde Ernährung“ – nur um dann im hektischen Alltag den doch vermeintlich gesunden Apfel schnell mal zwischendurch zu essen? Was gesunde Ernährung eigentlich ausmacht, welche Rolle unsere Sinnesorgane dabei übernehmen und wie sich das alles in das Konzept der Achtsamkeit einfügt, darüber erhalten Sie einen allgemeinen Überblick. Wer dabei den nächsten „Ernährungstrend“ sucht, wird sicher nicht fündig werden – aber vielleicht können wir mit ein paar kleinen Skills unsere Essgewohnheiten positiv beeinflussen.



Wann: Freitag, 16.10.2026, um 13.30 Uhr



Was: Online-Veranstaltung | Vortrag



Wer: Isabell Schäfer, Physiotherapeutin, Vincera Klinik Spreewald



Wo: online via Zoom



Für wen: alle Interessierten



Wie*: spreewald@vincera-kliniken.de



BURNOUT: UND WAS NUN?

Der Begriff „Burnout“ ist bekannt und in der Öffentlichkeit leider mittlerweile sehr geläufig. Millionen von Menschen sind heutzutage von den Auswirkungen dieses Syndroms betroffen und fühlen sich ausgebrannt, überlastet und von Alltag, Beruf oder der familiären bzw. sozialen Situation überfordert. Wer aber welchen Inhalt damit verknüpft, ist vielfältig. Wie kann der Umgang mit dem Phänomen „Burnout“ zu einem therapeutischen Weg führen, der reale Entlastung ermöglicht?



Wann: Montag, 19.10.2026, um 14.00 Uhr



Was: Online-Veranstaltung | Vortrag



Wer: Dr. med. Eberhard Böhme, Chefarzt, Vincera Klinik Spreewald



Wo: online via Zoom



Für wen: alle Interessierten



Wie*: spreewald@vincera-kliniken.de



WEIBLICHE WUT IN ZEITEN ZUNEHMEN- DER FEMIZIDE UND AUTOKRATISCHER HERRSCHAFTSSYSTEME WELTWEIT

Was tun in Zeiten zunehmender Frauen-
feindlichkeit – wie geht es Frauen weltweit in
Zeiten autokratischer Herrschaftssystemen?

- 🕒 **Wann:** Montag, 19.10.2026, um 15.30 Uhr
- 📍 **Was:** Online-Veranstaltung | Vortrag
- 🎓 **Wer:** Franka Stukatz, Psychologische
Psychotherapeutin, Vincera Klinik Spreewald
- 📍 **Wo:** online via Zoom
- 👥 **Für wen:** alle Interessierten
- ✉️ **Wie*:** spreewald@vincera-kliniken.de

*INFOS ZUR ANMELDUNG

Möchten Sie an unseren kostenlosen
Veranstaltungen teilnehmen? Fühlen Sie
sich dazu recht herzlich eingeladen! Für eine
Anmeldung senden Sie uns einfach eine **Mail**
unter **Nennung des Veranstaltungstitels an**
die entsprechende Mailadresse. Sie erhalten
dann von uns alle Infos und für die digitalen
Vorträge den notwendigen Einwahllink. Auf
Wunsch können Sie sich vollkommen anonym
für alle Online-Formate registrieren. Für die
Präsenzveranstaltungen in unsern Kliniken,
benötigen wir bitte Ihre vollständigen Kon-
taktdaten für eine Anmeldung.



„ Seelische Gesundheit darf kein Rand-
thema in der öffentlichen Debatte sein!
Psychische Erkrankungen sind allgegenwärtig,
Millionen von Menschen sind davon betroffen
und stehen unter enormen Leidensdruck –
auch, weil Erkrankungen häufig unentdeckt,
unbesprochen und unbehandelt bleiben. Jeder
von uns kann im Leben mal an einen Punkt
kommen, an dem die eigenen Ressourcen
nicht mehr ausreichen, um sich selbst zu
helfen. Das wissen wir und helfen mit unserer
Arbeit täglich psychisch Erkrankten dabei,
ihre seelische Gesundheit zu verbessern und
nachhaltig ein gesünderes Leben zu führen.
Mit unserer Expertise wollen wir auch in der
Gesellschaft für mehr Präsenz und Prävention
sorgen, z.B. als überzeugte Unterstützer
dieser Initiative. Mit unseren Angeboten,
möchten wir möglichst vielen Interessierten,
Betroffenen und auch deren Angehörigen die



Möglichkeit bieten,
den Blick auf das
Thema zu schärfen
und unser Wissen
leicht zugänglich
weitergeben!

Sascha Fischer

Leitender Psychologe,
Vincera Klinik Spreewald



PROGRAMM VOM FACH FÜR'S FACH

ÄRZTE | PSYCHOLOGEN | THERAPEUTEN | FACHPERSONAL

Interdisziplinärer Dialog und fachlicher Informationsaustausch auf Augenhöhe: Für uns ist es ein großes Anliegen, regelmäßig mit anderen Experten und professionellen Akteuren rund um das Thema der seelischen Gesundheit in Kontakt zu sein und ins Gespräch zu kommen! Daher laden wir auch das gesamte Jahr über zu spannenden Weiterbildungsveranstaltungen oder praxisbezogenen Workshops in unsere Kliniken und zu digitalen Fortbildungsformaten ein.

Wir teilen sehr gerne unsere Erfahrungen und unsere Expertise mit anderen Fachleuten und sind auch selbst immer auf der Suche nach Inspiration und Information. Aus diesem Grund nutzen wir auch ganz bewusst wieder die Woche der seelischen Gesundheit dazu, uns zu informieren, aber auch selbst als Informationsgeber zu agieren. Fühlen Sie sich bitte herzlich dazu eingeladen, an unseren Veranstaltungen teilzunehmen. Ob online oder in Präsenz, wir freuen uns schon jetzt auf ein Kennenlernen oder Wiedersehen und ganz viel wichtigen Wissenstransfer!



PERSPEKTIVEN DER TRAUMATHERAPIE ERLEBEN: EIN MITMACH-WORKSHOP ZUR MULTIMODALEN TRAUMABEHANDLUNG

Diese praxisorientierte Veranstaltung vermittelt einen integrativen Einblick in zentrale Verfahren der modernen Traumatherapie und richtet sich an die Erweiterung methodischer Kompetenzen im klinischen und psychosozialen Kontext. Im Mittelpunkt stehen das Imagery Rescripting and Reprocessing (IRRT) zur strukturierten Bearbeitung belastender innerer Bilder, das therapeutische Bogenschießen als körper- und erlebnisorientierter Ansatz sowie kunsttherapeutische Verfahren zur Symbolisierung und nonverbalen Verarbeitung traumatischer Erfahrungen. Die Methoden werden praktisch angeleitet, selbst erprobt und hinsichtlich ihrer therapeutischen Wirkmechanismen sowie ihrer Indikationsstellung reflektiert. Durch die Verbindung von Selbsterfahrung, methodischer Vermittlung und fachlicher Reflexion eröffnet die Veranstaltung einen differenzierten Zugang zu multimodalen Behandlungsansätzen.



Wann: Mittwoch, 14.10.2026, um 13.00 Uhr



Was: Präsenz-Veranstaltung | Workshop



Wer: Sascha Fischer, Nancy Brandenburger, Isabell Schäfer und Lilly Ellwart. Therapeutisches Team der Vincera Klinik Spreewald



Wo: Vincera Klinik Spreewald



Für wen: Fachpublikum, CME-Punkte beantragt.



Anmeldung: Schreiben Sie einfach eine E-Mail an spreewald@vincera-kliniken.de



MIT VIRTUELLER REALITÄT DIE ANGST BEKÄMPFEN

Prof. Dr. med. Kamila Jauch-Chara berichtet über den Einsatz von KI und innovativen sowie adjuvanten Methoden in der Psychotherapie. Diese spannende, kostenlose Fortbildungsveranstaltung findet im Rahmen unserer monatlichen Break & Brain-Vortragsserie statt, ist bei der zuständigen LÄK angemeldet und wird mit 2 CME Punkten zertifiziert.



Wann: Mittwoch, 14.10.2026, um 18.00 Uhr



Was: Break & Brain-Online-Vortrag



Wer: Prof. Dr. med. Kamila Jauch-Chara, Chefarztin, Vincera Klinik Bad Waldsee



Wo: online via Zoom



Für wen: Fachpublikum



Anmeldung: Schreiben Sie einfach eine E-Mail an anmelden@vincera-kliniken.de. Sie erhalten dann zur Einwahl den entsprechenden Link von uns zugesendet.



POLITISCHE DISKUSSIONSRUNDE: ABWARTEN UND SPAREN?

Unterschiedliche Experten aus dem Gesundheitswesen diskutieren über aktuelle Themen der Gesundheitspolitik und darüber, warum frühe Diagnostik und innovative Interventionen in Zeiten der Ressourcenknappheit eine kluge Entscheidung sind.



Wann: Mittwoch, 15.10.2026, um 17.30 Uhr



Was: Online-Diskussionsrunde



Teilnehmer u. a.: Cornelia Wanke (Moderation), Vincera Kliniken. Sascha Fischer, Leitender Psychologe Vincera Klinik Spreewald und Kammermitglied der Ostdeutschen Psychotherapeutenkammer (OPK). Jana Hassel, BAG Selbsthilfe. Laura Henrich, CEO Klenico.



Wo: online via Zoom



Für wen: Fachpublikum



Anmeldung: Schreiben Sie einfach eine E-Mail an anmelden@vincera-kliniken.de. Sie erhalten dann zur Einwahl den entsprechenden Link von uns zugesendet.



Falls Sie gerne mehr über unsere **Fortbildungsangebote und -themen** erfahren möchten, einfach QR-Code scannen!

Lassen Sie uns in Kontakt und auf dem Laufenden sein, z. B. auch über unseren **Newsletter**, den Sie hier abonnieren können!





WER IST VINCERA?

Wir sind Vincera!

In unseren Privatkliniken für Psychosomatik und Psychotherapie sind wir u. a. auf die Behandlung von psychischen und psychosomatischen Krankheitsbildern sowie Stressfolgeerkrankungen, wie z. B. depressiven Störungen, Angst- und Zwangserkrankungen, Traumafolgestörungen, psychosomatischen Beschwerden sowie Belastungs- und Erschöpfungssyndromen spezialisiert. Eine evidenzbasierte, personalisierte Medizin bildet für uns in Kombination mit einer sorgfältigen Diagnostik, einem bedürfnisorientierten Therapiemix, hoher Therapiedichte, einem individualisierten Therapieplan und einer hervorragenden Therapiequalität die Basis unseres Wirkens.

Vincera Klinik Spreewald GmbH

Van der Valk Allee 2,
15910 Bersteland
Tel.: +49 (0) 35474 27 765
spreewald@vincera-kliniken.de

Vincera Klinik Burg Wernberg GmbH

Schlossberg 10,
92533 Wernberg-Köblitz
Tel.: +49 (0) 9604 939 134
burg-wernberg@vincera-kliniken.de

Vincera Klinik Bad Waldsee GmbH

Badstraße 28,
88339 Bad Waldsee
Tel.: +49 (0) 7524 990 007
bad-waldsee@vincera-kliniken.de

3 Klinken, 1 DNA!

Sich in einer akuten Krise am richtigen Ort und in besten Händen wissen: Unsere Kliniken sind allesamt Orte, an denen genau diese Bedürfnisse erfüllt werden, denn sie sind Orte für „Mensch und Seele“! So unterschiedlich unsere drei Kliniken auch vom Erscheinungsbild sein mögen, so gleich sind sie doch in ihrer DNA. Sie sind kraftspendende Orte des Ankommens und Wohlfühlens. Orte der Genesung - voller Fachwissen, Respekt, neuer Perspektiven und Möglichkeiten. Und vor allem sind sie Orte, an denen **jede Psyche zählt!**