



Sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen,

unser Newsletter erreicht monatlich ein breites Fachpublikum, das sich für aktuelle Entwicklungen, praxisnahe Impulse und unser Klinikgeschehen interessiert. Als spezialisierter Privatklinik-Verbund für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik freuen wir uns, unsere Expertise rund um das Thema "Seelische Gesundheit" mit Ihnen auf diesem digitalen Weg zu teilen.

In dieser Oktober-Ausgabe möchten wir Sie u. a. über den therapiebegleitenden Faktor "Natur" in unserem integrativen Behandlungsansatz informieren. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen und laden Sie auch herzlich dazu ein, unsere Inhalte zu nutzen und in Ihrem Netzwerk oder direkt an Ihre Patienten weiterzugeben.

Beste Grüße,
Ihr Team der Vincera-Kliniken

AUSBLICKE & EINBLICKE



THEMA DES MONATS

**Besondere, fördernde
Therapieräume unter
freiem Himmel:**
Naturerleben als Teil des
integrativen
Behandlungskonzeptes



DGPPN 2026

Save the Date:
Vom 25.11. bis 28.11. sind
wir wieder mit unserem
Messestand auf der DGPPN
in Berlin. Fühlen Sie sich
herzlich eingeladen - wir



BREAK & BRAIN

**Nächste Break & Brain
Online-Fortbildung am
Mittwoch, 14. Oktober
2026, 18 Uhr.** "Mit virtueller
Realität die Angst
bekämpfen – Einsatz von

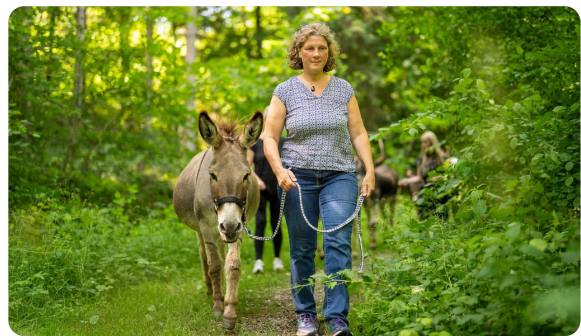
freuen uns auf ein
Kennenlernen oder
Wiedersehen!

KI, innovativen und
adjuvanten Methoden in
der Psychotherapie"

THEMA DES MONATS

Die Natur als ganzjähriger Co-Therapeut: Wasser, Wald & Weite als fördernde Faktoren im Genesungsprozess

Verortet zwischen den Elementen, umgeben von Ruhe, Fauna und Flora, fernab von Stressoren, Alltagshektik und Lärm - unsere Vincera Kliniken wurden bewusst in naturreiche Umgebungen eingebettet, deren "grüne Kulissen" genesungsfördernd bei psychischen Erkrankungen einwirken können. Wir ergänzen unser therapeutisches und medizinisches Behandlungskonzept voller Überzeugung um den Faktor "Natur" und integrieren eine Vielzahl unserer Maßnahmen in eine Atmosphäre, die Achtsamkeit fördert, Wahrnehmung schärft, Entschleunigung ermöglicht und somit die Selbstheilungskräfte auf natürliche Weise sanft aktiviert. Unsere Patienten finden durch diese äußerlichen Einflusskriterien einen innerlichen Präsenz-Raum für mehr emotionale Stabilisierung, Regeneration, persönliche Entwicklung, neue Perspektiven und Stärkung der eigenen Ressourcen.





Die Natur gewinnt seit Jahren immer mehr an Bedeutung als wichtiger, therapieunterstützender Begleiter: Zahlreiche wissenschaftliche Erkenntnisse bestätigen, wie wohltuend sich natürliche Umgebungen, Licht, Gerüche und Geräusche auf die psychische Gesundheit auswirken können. Wenn Menschen Abstand vom Alltag nehmen, tief durchatmen und im eigenen Tempo zur Ruhe finden, entsteht ein Raum, der neue Wege öffnet. Dabei agiert die Natur nicht nur als Hintergrund, sondern als aktiver Wirkfaktor, der den therapeutischen Prozess ergänzt und vertieft. Die Natur und naturtherapeutische Maßnahmen können dadurch die Behandlung psychischer Erkrankungen unterstützen. Sie ersetzen zwar keine Psychotherapie und andere notwendige medizinische oder medikamentöse Versorgungsleistungen, können aber in Kombination mit diesen Maßnahmen positiven Einfluss auf das Wohlbefinden und somit den Genesungserfolg nehmen. Wie stark der Nutzen ausfällt, hängt unter anderem von der Erkrankung, den persönlichen Vorlieben und der Zugänglichkeit der Patienten ab. Das Ziel ist nicht, Natur als Pflicht oder Heilversprechen einzusetzen, sondern eine angenehme, sichere und realistische Ressource zu finden, die Behandlung und Alltag unterstützt.

Therapieangebote in bewaldeten Bereichen und inmitten von Grün unterstützen Menschen, die unter psychischer Anspannung leiden, weil die Natur eine regulierende und entlastende Wirkung auf Körper und Psyche hat. Besonders profitieren z. B. Patienten mit Depressionen, Burnout, Angststörungen, Traumafolgestörungen,

somatoformen Schmerzstörungen oder chronischen psychosomatischen Beschwerden davon. In den Vincera Kliniken wird das Naturerleben nicht isoliert angewendet, sondern als Teil eines therapeutischen Gesamtkonzepts verstanden. Die Integration erfolgt bei uns beispielsweise in Verbindung mit:

- **Psychotherapie** in Einzel- und Gruppensitzungen
- **Naturtherapie** als stabilisierende Intervention, z.B. durch Waldbaden
- **Milieuthérapie** mit räumlichen und sozialen Bezügen
- **Körperorientierten Verfahren und Bewegungstherapie** zur Aktivierung und Erdung
- **Achtsamkeitsbasierte Verfahren** zur bewussteren Wahrnehmung
- **Naturmeditation** zur Entlastung von Gedanken und Emotionen
- **Tiergestützte Maßnahmen** im natürlichen Setting zur Stärkung von Verbundenheit und Verantwortung
- **Kunst- und Musiktherapie** als kreativtherapeutischer, naturumgebener Prozess

Aber nicht nur im therapeutischen Wirken hat die Natur bei uns einen ganz besonderen Stellenwert. Auch außerhalb der Therapiezeiten nimmt das aktivierende und gleichzeitig entschleunigende Drumherum unter freiem Himmel eine große Präsenz ein. Unsere Gastronomie, unsere "Freizeitgestalter", aber auch unsere Patienten als eigenständige Gemeinschaft nutzen den Freiraum unserer Kliniken als Orte des Zusammenkommens und der Abwechslung. Unsere weitläufigen Außenbereiche samt Liegewiesen und ruhigen Rückzugsorten laden zum Entspannen und zum Austausch ein. Unsere Terrassen sind beliebte und belebte Kontaktknotenpunkte, z B. beim abendlichen Beisammensein an der Feuerschale oder bei einem kulinarischen Outdoor-Event. Bogenschießen, Gärtnern, Radtouren oder Spaziergänge, sogar auch mit dem eigenen Hund in unserer Klinik im Spreewald, bieten Aktivierung und fördern das gemeinschaftliche Erleben. Und das zu jeder Jahreszeit: Momentan lädt der goldene Herbst in seiner bunten Pracht noch dazu ein, die letzten intensiven Sonnenstunden des Jahres zu genießen und auch etwas langersehnte "Abkühlung" nach den doch sehr heißen Sommermonaten zu erfahren. Und auch die kommenden kühleren und dunkleren Tage werden bei uns bewusst im Klinikbetrieb berücksichtigt. Besonders bei saisonalen Depressionen (Winterdepression), aber auch bei anderen depressiven Störungen ist es wichtig, Zeit im Freien zu fördern. Das Tageslicht kann helfen, den biologischen Rhythmus zu stabilisieren; Bewegung und ein Wechsel des Umfelds können zusätzlich guttun. Auch positive Gruppenerfahrungen wie eine kleine Schneewanderung, ein schöner Winterspaziergang oder sogar Eisbaden können das Wohlbefinden sowie Verbundenheit stärken und Antriebslosigkeit aktiv entgegenwirken.

Wir wissen, wer psychisch stark belastet ist, sehnt sich oft nach einer Umgebung, die Distanz zum Alltag schafft, innere Ruhe ermöglicht und den Genesungsprozess auf natürliche Weise unterstützt: Vor allem in einem stationären Setting ist es neben der fachlichen Expertise und viel wertschätzenden "von Mensch zu Mensch" entscheidend, auch diese Bedürfnisse ausreichend erfüllen zu können. Wir freuen uns daher sehr darüber, dass wir dies durch die Geographie unserer Standorte und den

aktiven Miteinbezug sowie die Förderung des "Naturerlebens" unseren Patienten ermöglichen können. Wir sehen die Natur als festen Bestandteil des integrativen Behandlungskonzeptes und verankern sie auf vielfältige Weise in den ganzheitlichen Genesungsprozess. Erfahren Sie bei Interesse auch gerne mehr über unsere naturtherapeutischen Möglichkeiten auf unserer Webseite:

Naturtherapie bei Vincera

SAVE THE DATE

DGPPN in Berlin: 25.11. - 28.11.2026

Besuchen Sie uns auf unserem Messestand - wir freuen uns auf Sie

Unter dem Motto „Psychiatrie und Psychotherapie: Profile und Weiterentwicklungen“ findet in diesem Jahr der DGPPN-Kongress im CityCube in Berlin statt. Und auch wir wollen und werden wieder mit viel persönlicher und lokaler Präsenz an diesen Messetagen vor Ort sein.

Kennenlernen, Wiedersehen, neue Inputs, neue Netzwerke und ganz viel Wissenstransfer: Unser Vincera-Team freut sich schon jetzt auf interessante Begegnungen, vielseitigen Austausch und darauf, uns und unsere Kliniken persönlich vorstellen zu dürfen. Wie schon in den Jahren zuvor möchten wir unseren Messestand als zentrale Anlaufstelle nutzen, um mit unterschiedlichen Protagonisten rund um das Thema "Seelische Gesundheit" ins Gespräch zu kommen, Erfahrungen und Neuigkeiten auszutauschen oder spannende Kontakte zu knüpfen. Lernen Sie dafür unsere Chefärzte kennen und gehen Sie in den persönlichen Dialog mit unseren therapeutischen Experten oder der Geschäftsführung. Fühlen Sie sich bitte herzlich dazu eingeladen, bei uns vorbeizuschauen, neugierig zu sein oder uns einfach für ein kurzes "Hallo" zu besuchen. Wir freuen uns darauf und treffen uns dafür auf unserem **Stand Nr. 42 in Halle B.**



DIGITALE FACHVERANSTALTUNGEN



Break & Brain Online-Fortbildung am 14. Oktober

"Mit virtueller Realität die Angst bekämpfen - Einsatz von KI, innovativen und adjuvanten Methoden in der Psychotherapie"

Prof. Dr. med. Kamila Jauch-Chara, Chefärztin Vincera Klinik Bad Waldsee, referiert online um **18:00 Uhr** zum Thema.

Gerne möchten wir Sie zu dieser **kostenlosen** Fachveranstaltung aus unserer monatlichen Break & Brain Online-Fortbildungsreihe der Vincera Kliniken einladen: Der Vortrag ist bei der zuständigen Landesärztekammer angemeldet. Sie erhalten auf Wunsch für Ihre Teilnahme **2 CME-Punkte**. Sie interessieren sich für diese Fortbildung? Melden Sie sich gerne bei uns an. Senden Sie dazu einfach eine Mail an anmelden@vincera-kliniken.de. Anschließend senden wir Ihnen die Zugangsdaten für die Fortbildung zu. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Weitere Break & Brain
Online-Fortbildungen



Digitale Diskussionsrunde, am 15.10. | 17.30 Uhr "Abwarten und sparen"

Im Rahmen unseres Aktionsprogramms für die Woche der seelischen Gesundheit haben wir ein ganz besonderes Dialogformat für Interessierte am und aus dem Gesundheitswesen initiiert: Eine politische Online-Diskussionsrunde zum Thema **"Abwarten und sparen?"**. Unterschiedliche Experten diskutieren über aktuelle Themen der Gesundheitspolitik und darüber, warum frühe Diagnostik und innovative Interventionen in Zeiten der Ressourcenknappheit eine kluge Entscheidung sind. 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.

Möchten Sie gerne teilnehmen? Schreiben Sie einfach ein E-Mail an: anmelden@vincera-kliniken.de



www.vincera-kliniken.de

Vincera Holding GmbH

Schlossberg 10, 92533, Wernberg-Köblitz
Amtsgericht Amberg, HRB 7379, USt-IdNr.: DE 323310468
Geschäftsführer: Jeroen van der Valk, Vincent van der Valk

Sie erhalten diese E-Mail, da Sie sich zu unserem Newsletter angemeldet haben.

[Hier können Sie sich von unserem Newsletter abmelden.](#)