

Depression – unvermeidbarer Teil des Alterns?

Referat am Montag

Fokus psychische Gesundheit

Dr. med. Antje Schatton

Oberärztin und Abteilungsleiterin

Ambulatorium Alters- und Neuropsychiatrie St.Gallen

Montag, 31. März 2025

19.30 bis 21.00 Uhr

Psychiatrie St.Gallen, Hörsaal (Haus C03)

Zürcherstrasse 30, 9500 Wil

Depression – unvermeidbarer Teil des Alterns?

Jeder fünfte Mensch hat mindestens einmal im Leben eine Depression. Mit fortschreitendem Alter steigt das Risiko, daran zu erkranken. Pensionierung, körperliche Einschränkungen und der Verlust langjähriger Wegbegleiter sind unter anderem typische Lebensereignisse im höheren Lebensalter. Diese Belastungen können dazu beitragen, dass sich depressive Symptome entwickeln.

Antje Schatton erläutert, wann man von Depressionen spricht und welche vorbeugenden und therapeutischen Möglichkeiten es für betroffene und behandelnde Personen gibt.

Referat am Montag – Fokus psychische Gesundheit

Achtmal pro Jahr bietet die Psychiatrie St.Gallen aktuelle Informationen, Erklärungen und Wissenswertes zu psychiatrischen Themen aus erster Hand. Von Fachpersonen für die Öffentlichkeit – für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

Referat lieber als Video schauen?

Die Veranstaltung wird aufgezeichnet und steht anschliessend online auf www.psychiatrie-sg.ch zur Verfügung.

Telefon +41 58 178 13 00
angehoerige@psychiatrie-sg.ch



Schmerz, lass nach!

Referat am Montag

Fokus psychische Gesundheit

Angelika Garaventa

Pflegeperson, Schmerzpatientin

Montag, 28. April 2025

19.30 bis 21.00 Uhr

Psychiatrie St.Gallen, Hörsaal (Haus C03)

Zürcherstrasse 30, 9500 Wil

Schmerz, lass nach!

Menschen mit akuten und chronischen Schmerzen befinden sich oft in einer besonders komplexen Betreuungssituation. Die Unterstützung durch Angehörige sowie die Eigenverantwortung der Betroffenen spielen dabei eine zentrale Rolle. Ebenso sind Anpassungen und Veränderungen der Alltagsroutine wesentliche Aspekte. Diese Faktoren sind entscheidend, um den betroffenen Personen eine ganzheitliche und nachhaltige Unterstützung zu bieten.

Angelika Garaventa beleuchtet das Thema aus ihrer Doppelrolle als Betroffene sowie Fachperson. In ihrem Referat zeigt sie verschiedene Faktoren auf, die sowohl Betroffene als auch Betreuungspersonen beeinflussen können.

Referat am Montag – Fokus psychische Gesundheit

Achtmal pro Jahr bietet die Psychiatrie St.Gallen aktuelle Informationen, Erklärungen und Wissenswertes zu psychiatrischen Themen aus erster Hand. Von Fachpersonen für die Öffentlichkeit – für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

Referat lieber als Video schauen?

Die Veranstaltung wird aufgezeichnet und steht anschliessend online auf www.psychiatrie-sg.ch zur Verfügung.

Telefon +41 58 178 13 00
angehoerige@psychiatrie-sg.ch

**[psychiatrie-sg.ch/
referat-am-montag](http://psychiatrie-sg.ch/referat-am-montag)**



Wechseljahre: Höhen, Tiefen, neue Chancen

Referat am Montag

Fokus psychische Gesundheit

Dr. phil. Serena Lozza

Psychologin Gynäkopsychiatrie Wil

Montag, 26. Mai 2025

19.30 bis 21.00 Uhr

Psychiatrie St.Gallen, Hörsaal (Haus C03)

Zürcherstrasse 30, 9500 Wil

Wechseljahre: Höhen, Tiefen, neue Chancen

Die Perimenopause ist die letzte hormonelle Übergangsphase der Frau. Nicht wenige Frauen leiden in dieser Zeit an psychischen Symptomen wie einer depressiven Verstimmung, Ängsten, Reizbarkeit oder Schlafstörungen. Diese kommen oft ohne Vorwarnung und können für die betroffenen Frauen sehr belastend sein. Zudem empfinden Frauen die Perimenopause oft als eine Phase des Umbruchs, in der sich Lebensbedingungen verändern.

Serena Lozza thematisiert die psychischen Aspekte der Perimenopause. Dabei werden sowohl Herausforderungen als auch Chancen besprochen.

Referat am Montag – Fokus psychische Gesundheit

Achtmal pro Jahr bietet die Psychiatrie St.Gallen aktuelle Informationen, Erklärungen und Wissenswertes zu psychiatrischen Themen aus erster Hand. Von Fachpersonen für die Öffentlichkeit – für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

Referat lieber als Video schauen?

Die Veranstaltung wird aufgezeichnet und steht anschliessend online auf www.psychiatrie-sg.ch zur Verfügung.

Telefon +41 58 178 13 00
angehoerige@psychiatrie-sg.ch

