



SKICLUB BÜHLER

26.10.2022

Vortrag und Podiumsdiskussion: Psychische Gesundheit & Sport

29.10.2022

Skibörse & Start JO Training

Ein Anlass zum dabei sein!

Wann: Mittwoch, 26.10.2022

Zeit: 19:30 Uhr (Apéro ab 19:00 Uhr)

Wo: Gemeindesaal Bühler

PSYCHISCHE GESUNDHEIT & SPORT 2022



Mit Vizeweltmeisterin
und Europameisterin
Ariella Kaeslin
sowie Vizeweltmeister
Marco Büchel

MEHRZWECKGEBÄUDE | 1. September 2022 | 19.30 Uhr
Fläscherstrasse 10, 7310 Bad Ragaz

TECHNOPARK VADUZ | 29. September 2022 | 19.30 Uhr
Schaanerstrasse 27, 9490 Vaduz

AULA GRINGEL | 7. Oktober 2022 | 19.30 Uhr
Unterrainstrasse 7, 9050 Appenzell

GEMEINDEHAUS BÜHLER | 26. Oktober 2022 | 19.30 Uhr
Gemeindsaal (Oberstufenschulhaus), Hermoos, 9055 Bühler

Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen unter www.afpg.ch



psychiatrie
st. gallen
nord

Psychiatrie-Dienste Süd

Psychiatrisches Zentrum
Appenzell Aargersrhoden

Wie geht's dir?
Träger der
Kampagne

Psychische Gesundheit & Sport mit Kunstturnerin Ariella Kaeslin und Skifahrer Marco Büchel

Wie wirkt sich Sport auf das Wohlbefinden
und die Stimmung aus?

Ariella Kaeslin und **Marco Büchel** waren als Spitzensportlerin bzw. -sportler erfolgreich. Auch nach ihrem Rücktritt prägt der Sport ihr Leben. In der Veranstaltungsreihe «Psychische Gesundheit & ...» geben sie einen Einblick in ihr Leben als Sportlerin bzw. Sportler und die damit verbundenen Herausforderungen für ihre psychische Gesundheit.

Auch wird der Frage nachgegangen, ob und wie Sport zum Gesund-Werden und Gesund-Bleiben beitragen kann. Was hat Sport mit der Gesundheit der Seele zu tun? Kann Sport auch bei einer ernsthaften Krise oder Erkrankung unterstützen? Wann kann Sport die psychische Gesundheit fördern und wann hat er einen negativen Einfluss auf das Wohlbefinden?

Nach den Referaten von Ariella Kaeslin und Marco Büchel findet eine **Gesprächsrunde** statt, an welcher diese Fragen aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet werden. An der Gesprächsrunde nehmen neben Ariella Kaeslin und Marco Büchel auch Fachpersonen aus der Region teil.

Bei Snacks und Getränken besteht die Möglichkeit zum Austausch.

Moderation: Jürg Engler, Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit

Die Veranstaltungen sind öffentlich und kostenfrei.
Eine Reservation ist nicht nötig.



Copyright © 2022 Skiclub Bühler, All rights reserved.

SCB Newsletter

Our mailing address is:

Skiclub Bühler
Oberes Grüt 11
Bühler 9055
Switzerland

[Add us to your address book](#)

Want to change how you receive these emails?
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

