

Veranstaltungsreihe zu Sucht-  
und psychischen Erkrankungen

# Forum Seelische Gesundheit

Düsseldorf  
Nähe trifft Freiheit



**Traumata, Krisen und Verluste –  
Wege im Umgang mit schwierigen Lebenssituationen**  
Mi., 2. Dezember 2026, 17.30 bis 19 Uhr

Eine Naturkatastrophe, Gewalterfahrung, Kriege oder lebensbedrohliche Erkrankungen können Traumata (= seelische Verletzungen) hervorrufen oder Menschen in Krisen stürzen. Doch es zeigt sich, dass Menschen auch mit schweren Belastungen fertig werden und wieder im Alltag ankommen können. Manchmal verläuft das Leben dann in anderen Bahnen. Krisen zu überwinden bedeutet auch, Entwicklungsprozesse zu ermöglichen.

Der Vortrag verdeutlicht, wie das seelische Immunsystem lernt, mit Belastendem umzugehen und wieder Kraft zur Bewältigung des Alltags schöpft.

**Referentin**

**Gisela Zurek**

Diplom-Psychologin

**Veranstaltungsort**

**Zentralbibliothek am KAP1 – Stadtfenster**

Konrad-Adenauer-Platz 1, 40210 Düsseldorf

**Träger**

**Gesundheitsamt,  
Ambulanz für Gewaltopfer**

**Kontakt**

**Gesundheitsamt**

*sucht-psychiatriekoordination@duesseldorf.de*

Telefon 0211 89-96978



Landeshauptstadt  
Düsseldorf