

### Program

1. lektion – mandag d. 12. marts 2012  
Velkomst, præsentation og introduktion  
Hvad er depression?  
- symptomer, årsager, tegn og behandling  
v. Hanna Rask Grøndal
2. lektion – mandag d. 19. marts 2012  
Angst og stress  
- tilbagefaldsforebyggelse  
v. Hanna Rask Grøndal
3. lektion – mandag d. 26. marts 2012  
Sorg og kriser  
v. Hanna Rask Grøndal
4. lektion – mandag d. 2. april 2012  
Hvordan opleves en depression, og hvordan kommer man videre?  
- en personlig historie  
v. Ellen Kristiansen  
Sjælesorg  
v. sygehuspræst Lotte M. Jensen
5. lektion – mandag d. 16. april 2012  
Hvad er psykoterapi, herunder kognitiv terapi  
- og hvordan kan det bruges mod depression?  
v. psykolog Charlotte Kjeldbjerg
6. lektion – mandag d. 23. april 2012  
Sociale muligheder og rettigheder  
v. socialrådgiver Annette Mortensen  
Opsamling og afslutning  
v. Hanna Rask Grøndal

Evt. afbud til sekretær Janni Skov Risgaard, tlf. 7847 4110

Kursusleder: Sygeplejerske og souschef, Hanna Rask Grøndal  
Regionspsykiatrien Viborg, 1. etage

Tidspunkt: Mandage kl. 16-18

Sted: Regionspsykiatrien Viborg, Psykiatriens Uddannelseslokaler, lokale 37,  
Søndersøparken 2, 8800 Viborg