

10. September 2024
17:00 bis 18:30 Uhr



LZgoesWeb – Online-Veranstaltung

Hitzestress und Klima-Emotionen – Was hält uns in den ökologischen Krisen psychisch gesund?

Referentin

Kathrin Macha

M.Sc. Psych., Psychologische
Psychotherapeutin

Vorstandsbeauftragte der Landes-
PsychotherapeutenKammer Rhein-
land-Pfalz für Klima-Psychologie

Ökologische Krisen bedrohen nicht nur unsere Lebensgrundlagen, sondern auch die psychische Gesundheit vieler Menschen. „Klimaangst“ ist daher nicht selten Thema in der therapeutischen Sprechstunde: Angst vor den Konsequenzen für Umwelt und Lebensstil, Trauer um die Zerstörung der Natur, Schuldgefühle, Wut und Hilflosigkeit sind emotionale Reaktionen auf die realistische Gefahr.

Wie kann man Menschen unterstützen, mit diesen Emotionen umzugehen und psychisch gesund zu bleiben? Die Veranstaltung informiert über psychische Folgen der ökologischen Krisen, die Auswirkungen von Hitze und anderen Extremwetterereignissen auf die psychische Gesundheit und die Strategien, die helfen können, die emotionale Belastung konstruktiv zu bewältigen.

Informationen zu dieser Online-Veranstaltung, den Link zur Teilnahme sowie weitere Angebote zum Thema Hitze und Gesundheit finden Sie auf www.lzg-rlp.de.



Ein Angebot der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)
Hölderlinstraße 8, 55131 Mainz, www.lzg-rlp.de

09
2024