

Mentale Gesundheit

Die psychische Gesundheit ist ein zentrales und zunehmend wichtiges Thema in unserer heutigen Zeit und bezieht sich auf den Zustand unseres Geistes, der Emotionen und unseres Wohlbefindens. Eine gute mentale Gesundheit ermöglicht es uns, den Herausforderungen des Lebens effektiv zu begegnen, Beziehungen aufzubauen und ein erfülltes Leben zu führen. Im Gegensatz dazu können mentale Gesundheitsprobleme wie Depressionen oder Angstzustände erhebliche Auswirkungen auf unsere täglichen Aktivitäten und Beziehungen haben.

Die Veranstaltungen der BrainFair 2024 wollen das Thema von verschiedenen Seiten her beleuchten: was versteht man genau unter diesem Begriff, was sind die Gefahren für unsere mentale Gesundheit und wie können wir ihr Sorge tragen? Eine Vielzahl von SpezialistInnen werden Ihnen den aktuellen Wissensstand erläutern, versuchen, Ihre Fragen zu beantworten und mit Ihnen diskutieren.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Diskussionsforen

Was ist mentale Gesundheit?

Montag, 11. März, 18.30 – 20.30 Uhr

Grosser Hörsaal NORD 1, D 304

Mit Gregor Hasler (Psychiater, Universität Fribourg), Susanne Walitza (Psychiaterin, PUK) und Birgit Kleim (Klinische Psychologin, UZH)

Moderation: Isabel Klusman (Wissenschaftskommunikatorin)

Risikofaktoren für psychische Erkrankungen

Dienstag, 12. März, 18.30 – 20.30 Uhr

Grosser Hörsaal OST, HOER B10

Mit Thomas Ihde (Psychiater, Spitäler FMI AG), Katharina Gapp (Neurowissenschaftlerin, ETH) und Tina Notter (Neurowissenschaftlerin, UZH)

Moderation: Marina Villa (Medientrainerin)

Wie kann man mentale Gesundheit fördern?

Mittwoch, 13. März, 18.30 – 20.30 Uhr

Grosser Hörsaal NORD 1, D 304

Mit Claudia Witt (Komplementärmedizinerin, USZ), Timon Elmer (Psychologe, UZH) und Katrin Preller (Neuropsychologin, UZH)

Moderation: Rubina Meixger (Moderatorin & Auftrittscoach)

Mentale Gesundheit im Spektrum der Gesellschaft

Donnerstag, 14. März, 18.30 – 20.30 Uhr

Grosser Hörsaal NORD 1, D 304

Mit Ulrike Ehlert (Klinische Psychologin, UZH), Susanne Walitza (Psychiaterin, PUK) und Adrian Jäggi (Anthropologe, UZH)

Moderation: Monika Schärer (Kulturjournalistin)

Kurzvorträge

Samstag, 16. März, 11.00 – 12.40 Uhr

Grosser Hörsaal NORD 1, D 304

In einer Viertelstunde berichten Forschende über die neuesten Resultate ihrer Arbeit und fassen die wichtigsten Erkenntnisse kurz zusammen. Anschliessend hat das Publikum die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Moderation: Isabel Klusman (Wissenschaftskommunikatorin)

11.00 – 11.20

Depression: Therapie im Schlaf?

Corinne Eicher (Medizinerin, UZH)

11.20 – 11.40

Psychedelika und ihr therapeutisches Potential

Helena Aicher (Psychologin, UZH)

11.40 – 12.00

Demenzprävention – die Bedeutung für die mentale Gesundheit im Alter

Anton Gietl (Psychiater, PUK)

12.00 – 12.20

Die Rolle von Wechselwirkungen zwischen Gehirn und Körper für die mentale Gesundheit

Klaas Enno Stephan (Neurowissenschaftler, UZH & ETH)

12.20 – 12.40

Mental fit und gesund

Barbara Studer (Neurowissenschaftlerin, Hirncoach AG)

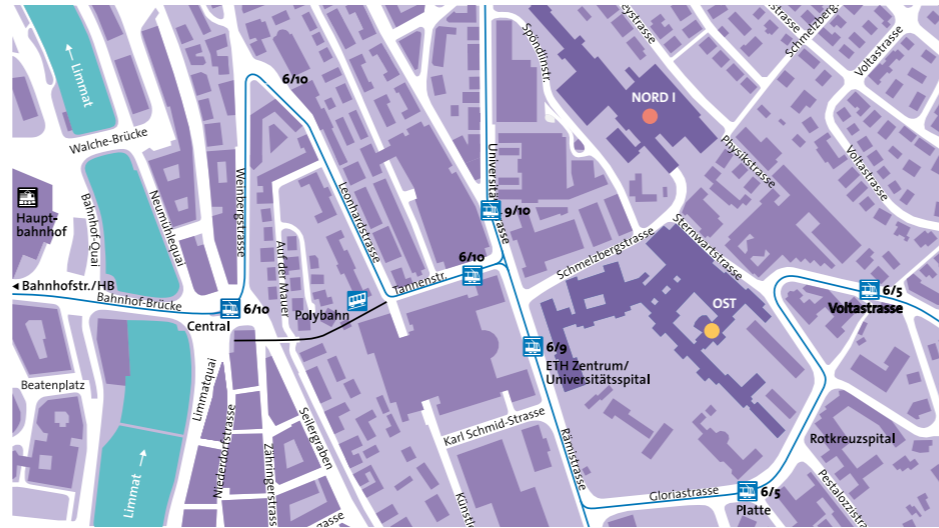
Programm für Schulen

Forschende des Zentrums für Neurowissenschaften Zürich referieren in der Woche vom 11. – 15. März 2024 online über verschiedene Themen für Jugendliche. Eine Liste mit den Vorträgen finden Sie ab Anfang Februar 2024 auf der BrainFair-Website.

Anmeldefrist für Schulklassen ist der 4. März 2024.

BrainFair Organisationskomitee

Leitung: Wolfgang Knecht, Zentrum für Neurowissenschaften Zürich, UZH & ETH
Silvie Cuperus, Life Science Zurich, UZH & ETH
Tamara Häberlin, Zentrum für Neurowissenschaften Zürich, UZH & ETH
Marie-Claude Hepp-Reymond, Institut für Neuroinformatik, UZH & ETH
Daniel Kiper, Life Science Zurich und Institut für Neuroinformatik, UZH & ETH
Isabel Klusman, Zoologisches Museum der UZH
Karin Kucian, Zentrum für MR-Forschung, Universitäts-Kinderspital Zürich
Martin Müller, Institut für Molekulare Biologie, UZH
Michael Rufer, Psychiatrische Universitätsklinik Zürich, UZH
Cornelia Schaub, Vizepräsidium Forschung, ETH
Anna Speckert, Zentrum für MR-Forschung, Universitäts-Kinderspital Zürich
Helen Stauffer, Life Science Zurich, UZH & ETH
Konrad Weber, Klinik für Neurologie und Augenklinik, USZ

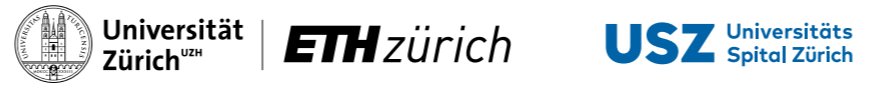


UniversitätsSpital Zürich (USZ)
● Grosser Hörsaal NORD 1, Frauenklinikstrasse 10
● Grosser Hörsaal OST: Eingang über das Institut für Neuropathologie, Schmelzbergstrasse 12

Kontaktadresse

Tamara Häberlin
Zentrum für Neurowissenschaften Zürich
Universität Zürich Irchel, Winterthurerstrasse 190, 8057 Zürich
Tel 044 635 33 81 / info@neuroscience.uzh.ch

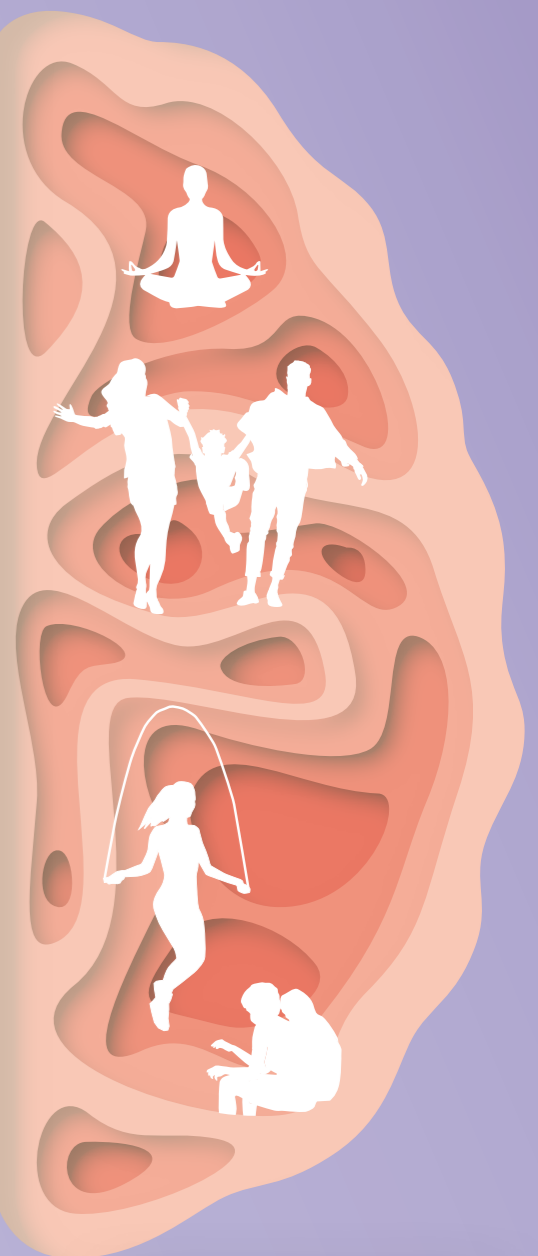
Veranstalter



Mit freundlicher Unterstützung von



BrainFair 2024 Mentale Gesundheit



Diskussionsforen & Vorträge
11. – 16. März 2024
UniversitätsSpital Zürich

www.brainfair-zurich.ch
Eintritt frei