

## So kommen Sie gut bei uns an

### Mit dem Auto aus Richtung Hamburg kommend (A23)

- » Ausfahrt Itzehoe Nord
- » Rechts Richtung Innenstadt / Klinikum
- » Nach ca. 3 km links abbiegen in die Robert-Koch-Straße
- » Parkplätze sind ausgeschildert

### Mit der Bahn

- » Vom Bahnhof Itzehoe kommend, erreichen Sie in ca. 5 Gehminuten den ZOB und gelangen mit den Buslinien 4 oder 8 direkt zum Klinikum Itzehoe.



### Klinikum Itzehoe

Akademisches Lehrkrankenhaus der Universitäten  
Kiel, Lübeck und Hamburg  
Zweckverband des Kreises Steinburg  
und der Stadt Itzehoe

Zentrum für Psychosoziale Medizin  
Robert-Koch-Straße 2, Haus C  
25524 Itzehoe  
Tel. 04821 772-0  
[www.klinikum-itzehoe.de](http://www.klinikum-itzehoe.de)  
[info@kh-itzehoe.de](mailto:info@kh-itzehoe.de)

Stand September 2019



Foto: (C) Heide Fuhljahn

## » Lesung mit Heide Fuhljahn

Bestseller-Autorin von  
„Kalt erwischt“ und  
„Von Wahn und Sinn“

Dienstag, 24. September 2019  
18.30 - 21.00 Uhr

Zentrum für Psychosoziale Medizin



## » **Dienstag, 24. September 2019** **18.30 - 21.00 Uhr**

Jahrelang versucht die Journalistin Heide Fuhljahn gegen ihre Angst vor dem normalen Alltag, ihre tiefe Traurigkeit und ihre ständige Erschöpfung anzukämpfen. Bis sie in der Therapie erkennt, dass sie krank ist, Depressionen hat. Wie fast fünfzehn Millionen andere Deutsche auch. In ihrem ersten Buch „Kalt erwischt“ beschreibt sie ihre eigene Erkrankung schonungslos und berührend zugleich und erklärt, welche Behandlungsmethoden möglich, wichtig und richtig sind.

Wie heilt man eine Depression, eine Angststörung oder Alkoholabhängigkeit? Wie ein Trauma oder eine Essstörung? Welche Psychotherapien gibt es überhaupt? Welche hilft wem – und warum? Der psychisch erkrankte Mensch sieht sich mit vielen Fragen konfrontiert und soll dabei noch die ersten hilfeschreitenden Schritte gehen. Im Dickicht der Psychotherapie liefert Heide Fuhljahn mit ihrem zweiten Sachbuch Lichtblicke und Antworten. „Von Wahn und Sinn“ hinterfragt kritisch verschiedene Therapiemethoden und erklärt ihre spezifischen Wirkfaktoren.

## » **Veranstaltungsort**

Zentrum für Psychosoziale Medizin  
Haus C, 2. Obergeschoss  
Robert-Koch-Straße 2  
25524 Itzehoe



## » **Über die Autorin**

Heide Fuhljahn, geboren 1974 in Kiel, studierte Skandinavistik, Strafrecht und Kriminologie. Heute lebt sie in Hamburg und schreibt u. a. für „Brigitte“. Als freie Fachjournalistin konzentriert sie sich seit vielen Jahren auf die Schwerpunkte Psychologie, Gesundheit und Ernährung. 2013 wurde ihr autobiographisches Sachbuch „Kalt erwischt – Wie ich mit Depressionen lebe und was mir hilft“ in Kooperation mit der Zeitschrift Brigitte veröffentlicht. Es stand zehn Wochen auf der SPIEGEL-Bestsellerliste. Im September 2016 erschien die aktualisierte und erweiterte Taschenbuch-Ausgabe. 2017 erschien Sachbuch „Von Wahn und Sinn - Behandler, Patienten und die Psychotherapie ihres Lebens“ im Springer Wissenschaft Verlag. Inzwischen ist sie eine gefragte Expertin und hält regelmäßig Lesungen und Vorträge in Kliniken und auf Fach- und Patientenkongressen.

## » **Anmeldung**

Zur besseren Vorbereitung der Veranstaltung bitten wir um eine Anmeldung, gern per E-Mail unter [psychiatrie@kh-itzehoe.de](mailto:psychiatrie@kh-itzehoe.de) oder telefonisch unter **04821 772-2802**.

## » **Die Teilnahme ist kostenfrei!**