

# Welttag der psychischen Gesundheit

## Vortrag

Mentale Gesundheit bei Männern:  
Wie sich Depressionen bei  
Männern äussern.

Referent: Dr. Andreas Walther  
Universität Zürich, Psychologisches Institut

## Diskussion

Wie wichtig sind Selbsthilfegruppen  
bei der Unterstützung in der  
Therapie?

Unser Verein SonnenStern:Persönlichkeitsentwicklung wurde im Januar 2024 in Eschen (Liechtenstein) gegründet. Unser gemeinsames Ziel ist es, Menschen mit psychischen Erkrankungen Sichtbarkeit und Hilfe zu ermöglichen.

Bei uns stehen Menschen mit mentalen Problemen im Fokus. Im Juni 2024 erfolgte die Gründung der Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depressionen.

Zudem organisieren wir Vorträge und Anlässe rund um das Thema psychische Gesundheit.

Die Zusammenarbeit mit Vernetzungspartnern zur Enttabuisierung von mentalen Problemen ist ein wichtiger Bestandteil der Arbeit unseres Vereins.

[www.sonnenstern.li](http://www.sonnenstern.li)

Unser Verein freut sich über Ihre **Spende**. Sie ermöglicht uns, Vorträge und Anlässe rund um die psychische Gesundheit durchzuführen.



Der Verein SonnenStern:Persönlichkeitsentwicklung ist bei der Liechtensteinischen Steuerverwaltung registriert und von der Steuerpflicht befreit; Steuerakt Nr. 2718279.

## Mentale Gesundheit: ein unbezahlbares Gut

38% der Bevölkerung fühlen sich aktuell psychisch mittel bis schwer belastet. Das sind Zahlen, die erschrecken.

Jede und jeder kann von einer mentalen Erkrankung betroffen sein. Dennoch sind die Vorurteile und die Unwissenheit gegenüber psychisch kranken Menschen gross.

---

Wir setzen uns ein

Für Aufklärung.

Für Bewusstseins-schaffung.

Für Vernetzung.

Für Selbsthilfe.

In Liechtenstein und dem Schweizer Rheintal.

Wir bauen Vorurteile gegenüber mentalen Erkrankungen ab.

Wir brechen Tabus durch Informationen und Vernetzung.

Wir organisieren Fachvorträge und Veranstaltungen zum Thema der mentalen Gesundheit.

Wir führen eine Selbsthilfegruppe.

gemeinsam stark – mental gesund



**SonnenStern**  
Persönlichkeitsentwicklung