

# MENTAL HEALTH DAYS

## Mind-Map @ Uni Basel



### TAG 1 | FR 8. OKT

### TAG 2 | SA 9. OKT

09:00

Ankunft/Registration

Ankunft/Registration

09:30

Begrüssung  
**Mind-Map | Prof. Jens Gaab**

Begrüssung  
Infostand offen

10:00-11:00

1 **Dr. Naeomi Shepherd**  
Depression & Selbstfürsorge  
Info durch Katrin Kuchler

5 **Prof. Undine Lang | Dr. Andrea Kaiser & Dr. Annalisa Stefanelli**  
Prävention & Resilienz

11:00-11:30

Kaffeepause

Kaffeepause

11:30-12:30

2 **Robin Rehmann**  
Self-care, Ressourcen

6 **Ricarda Studer**  
Yoga für alle Levels

12:30-14:00

Mittag  
(individuell)

Mittag  
(individuell)

14:00-15:00

3 **Judith Beck**  
**Prof. Gerhard Lauer**  
Bibliotherapie

7 **Marc Inderbinen**  
Minderheitstress LGBTQIA+

15:00-15:30

Kaffeepause

Kaffeepause

15:30-16:30

4 **Dr. Martin Prätzlich**  
Achtsamkeits- & Atemübungen

8 **Remo Schraner**  
**Maria Lumsden Rieder**  
Podiumsdiskussion: Berufseinstieg

17:00-17:15

Abschluss Mind-Map

Abschluss Mind-Map