



159. Mittwochforum

Depression – Bewegung, Kunst- und Klangtherapie statt Medikamente?

Mittwoch, 3. Dezember 2025, 19.30 Uhr
Kleiner Saal, SAL Schaan (freier Eintritt)



■ Liechtensteinische
Ärztekammer



Dr. med. Marc Risch

FAMH-Psychiatrie und
Psychotherapie, Sport-
psychiater, praktischer Arzt

Co-Founder Clinicum Alpinum
AG und Stiftung TIEFSINN

Depression – Bewegung, Kunst- und Klangtherapie statt Medikamente?

Weltweit leiden mehrere Hundert Millionen Menschen an Depressionen. Ihre Leistungsfähigkeit ist stark beeinträchtigt. Zudem entstehen jährlich Kosten in Milliardenhöhe durch falsche, verspätete oder unterbliebene Behandlungen. Depressives «Krank-Sein» betrifft Patienten in all ihren Lebensbereichen. Beruflich, privat, dabei vor allem auch auf der Beziehungsebene zu sich selbst wie zu anderen, und auf der Handlungsebene. Wenn Stimmung, Antrieb und vieles andere gelähmt sind, sind mehr als «happy pills» nötig. Der Vortrag widmet sich daher Denk-, Behandlungs- und Wirkkonzepten, die wissenschaftlich belegt, aber wenig bekannt sind. Der Referent versucht, einen Bogen zwischen Körper- und Seelenmedizin zu schlagen. Er wird theoretische Konzepte wie das bio-psycho-soziale Modell oder Post-traumatic growth einführen und geht mit einer Portion Humor und Tiefsinn auf die Effekte von Sport, Kunst- und Musiktherapie ein.

Das 160. Mittwochforum findet nach der Winterpause am 4. Februar 2026 statt. Gemeinsam gesünder leben – Ihre Liechtensteinische Ärztekammer.