



DER LAUF

ALL YOU CAN RUN – DER LAUF

UM 18.30 UHR FÄLLT DER STARTSCHUSS FÜR DEN LAUF.

Für alle, die laufen, walken oder Rolli fahren: DER LAUF besteht aus 2 km-Runden, die innerhalb von 2 Stunden so oft gelaufen/gefahren werden können, wie Du möchtest.

KINDERPROGRAMM

UM 18.00 UHR STARTET DER KIDS-LAUF ÜBER 800 METER.

Auf die Kleinen warten Fahrradparcours, Rolli-Fahren, eine Hüpfburg, Schminken u.v.m.

NEU

DER LAUF MIT HUND

UM 20.30 UHR STARTET DER LAUF MIT HUND ÜBER 1 ODER 2 RUNDEN.



Ein Projekt der bipolaris - Manie & Depression Selbsthilfevereinigung e.V. Tegeler Weg 4 | 10589 Berlin | www.bipolaris.de

Mit freundlicher Unterstützung der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe im Land Berlin.



Unter der Schirmherrschaft von Bundesminister für Gesundheit Jens Spahn und Nationaltorwart Silvio Heinevetter.

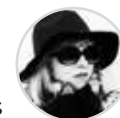
DER MARKT

MEHR ALS 50 SELBSTHILFE-ORGANISATIONEN, KLINIKEN UND PSYCHOSOZIALE TRÄGER STELLEN IHRE ANGEBOTE VOR.

Der Markt bietet die einzigartige Möglichkeit zahlreiche Angebote im Bereich seelische Gesundheit an einem Ort kennenzulernen. Hier gibt es Infos rund um das Thema seelische Gesundheit und den Umgang mit psychischen Krisen.

BÜHNENPROGRAMM

mit den Musikacts: Kitty Solaris sowie Klara Fall, Mea & Luigi Belluzzo



DrumCircle und weitere sportliche Aktivitäten (Bogenschießen, Parkour, Slackline, Yoga).

UM 18:30 UHR INTERVIEW MIT PROFIHANDBALLER SILVIO HEINEVETTER



„Ich finde es sinnvoll sich für das Thema Selbsthilfe und seelische Gesundheit zu engagieren und hervorzuheben, dass Bewegung dabei ein wichtiger Aspekt und ein hilfreiches Instrument sein kann.“ (Schirmherr Silvio Heinevetter)

Am 04. August findet das Selbsthilfe-Festival an gleicher Stelle statt. www.selbsthilfe-festival-berlin.de

SAVE THE DATE!

DER LAUF

VON DEN MACHERN DES MUT-LAUF

DER MARKT

FÜR SEELISCHE GESUNDHEIT

FREITAG 3. AUGUST 2018

Mit Drum Circle sowie Kinder- und Kulturprogramm

15 - 21 UHR | TEMPELHOFFER FELD

EINGANG COLUMBIADAMM



Mehr Infos: www.der-lauf.berlin oder: www.der-markt.berlin



Medienkooperationspartner



SELBSTHILFE FESTIVAL

WAS WIR BIETEN

JUNGE SELBSTHILFE LOUNGE

In entspannter Atmosphäre soll jungen Menschen die Möglichkeit gegeben werden, sich untereinander zu vernetzen und mit Interessierten ins Gespräch zu kommen.

WORKSHOPZELTE

Vorstellen von tollen Methoden der lebendigen Gruppenarbeit; die „Spielwiese“ für Gruppen, die mit ihren Methoden andere inspirieren möchten und zum Mitmachen einladen wollen.

SELBSTHILFE-ERLEBNIS-PARCOUR

Selbsthilfe zum Anfassen. Lassen Sie sich überraschen!

AUSSTELLUNGSZELT

Gemaltes und gefilmtes aus der Selbsthilfe.

BEGEGNUNGSZELT

60 Selbsthilfegruppen präsentieren sich an Info- und Gastgebertischen.

selko»

Ein Projekt der selko e.V.
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin | www.sekis-berlin.de

Mit freundlicher Unterstützung der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe im Land Berlin.



Unter der Schirmherrschaft von Elke Breitenbach,
Senatorin für Integration, Arbeit & Soziales.



Medienkooperationspartner

Informationen zum Programm: selbsthilfe-festival-berlin.de

BÜHNENPROGRAMM

- Band *Ben Jung & Rhobbin* mit dem Selbsthilfesong
- MutArtLabor – das Improtheater von Menschen mit sozialer Phobie
- Der bosnische Frauenchor mit Liedern und Tanz
- Kinder psychisch erkrankter Eltern mit Poetry Slam
- Kim singt für Al-anon Familiengruppen*
(*Leitet sich ab von „Alcoholics Anonymous Family Groups“)

KEINE ERFAHRUNG TOPPT DIE SELBST-ERFAHRUNG

Aktionen einzelner Gruppen lassen staunen, machen neugierig und schlau. Workshops laden ein, kulturelle Ausdrucksformen kennen zu lernen und sich in ihnen auszuprobieren (Improvisationstheater, kreatives Schreiben, Malen und vieles mehr).

Ein Drum-Circle entdeckt mit Ihnen – ohne alle Vorkenntnisse – den Spaß am gemeinsamen Trommeln und wirbt weit über das Tempelhofer Feld um Aufmerksamkeit.



SELBSTHILFE FESTIVAL

SAMSTAG 4. AUGUST 2018

Persönliche Begegnungen und kulturelle Highlights

14 - 18 UHR | TEMPELHOFER FELD

EINGANG COLUMBIADAMM

Am 03. August findet DER LAUF und DER MARKT für seelische Gesundheit an gleicher Stelle statt.
www.der-lauf.berlin www.der-markt.berlin

SAVE THE DATE!

