

13. BERLINER WOCHEN DER
SEELISCHEN
GESUNDHEIT



10.-20. OKTOBER 2019

www.berlin.seelischegesund.net

ERÖFFNUNG AM 10.10.2019 | 18:00 UHR

Auftaktveranstaltung der Berliner und der Bundesweiten Aktionswoche am Potsdamer Platz. Spannende Talkrunde zum Thema Einsamkeit u. a. mit Prof. Karl Lauterbach (MdB).

Koordiniert von:



Aktionsbündnis
Seelische Gesundheit



Die Berliner Woche wird gefördert von:



Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung



AKTIONSTAG
SELBSTHILFE

11. OKTOBER 2019

www.aktionstag-selbsthilfe.berlin

POTSDAMER PLATZ



DER LAUF
DER MARKT

FÜR SEELISCHE GESUNDHEIT

10. OKTOBER 2019

www.der-markt.berlin

POTSDAMER PLATZ

Gemeinsam mehr bewegen



10.10.
Welttag der
seelischen
Gesundheit

Jetzt Farbe
bekennen und
kostenlos Schleifen
bestellen.

#grueneschleife
www.grueneschleife.com

Ein Zeichen für mehr Akzeptanz für
psychische Erkrankungen setzen

Eine Aktion von:



Aktionsbündnis
Seelische Gesundheit



DER LAUF DER MARKT

10. OKTOBER 2019

Unter der Schirmherrschaft des
Bundesministers für Gesundheit Jens Spahn.

DER LAUF FÜR SEELISCHE GESUNDHEIT

17:00 BIS 19:00 UHR / KUNDGEBUNG 16:30 UHR
POTSDAMER PLATZ / TILLA-DURIEUX-PARK

Engeladen sind alle LäuferInnen, WalkerInnen, Rolli-FahrerInnen und alle anderen Bewegungsbegeisterten. Innerhalb von 2 Stunden können beliebig viele Runden absolviert werden.

Zum ersten Mal findet der Lauf als Demonstration statt. Damit setzen wir gemeinsam ein Zeichen:

Für seelische Gesundheit und Toleranz – gegen die Ausgrenzung von Menschen mit psychischen Erkrankungen!
Um 16:30 Uhr wird es eine kurze Kundgebung auf dem Potsdamer Platz geben, im Anschluss erfolgt das Warm-Up.

Eine Anmeldung ist selbstverständlich nicht erforderlich, wir freuen uns aber über Zusagen via Facebook.

www.facebook.com/DER.LAUF.DER.MARKT

Mehr Infos: www.der-markt.berlin

DER MARKT FÜR SEELISCHE GESUNDHEIT

14:00 BIS 18:30 UHR
POTSDAMER PLATZ

DER MARKT bietet einen einzigartigen Überblick über die Angebote im Bereich seelische Gesundheit sowie über Bewältigungsstrategien und Hilfsmöglichkeiten bei psychischen Erkrankungen oder Sucht. Mit dabei:

- Selbsthilfegruppen
- psychosoziale, Ausbildungs- und Weiterbildungs-Träger
- Kliniken
- Krisendienste

Hinzu kommen Lesungen, Fotoausstellung, SHITSHOW, Kino, gute Musik & kulinarische Angebote.

Der Drum-Circle um 16 Uhr gibt Gelegenheit, einmal selbst mit vielen anderen das Trommeln auszuprobieren.



AKTIONSTAG SELBSTHILFE

11. OKTOBER 2019

Unter der Schirmherrschaft des
Regierenden Bürgermeisters von Berlin Michael Müller.

AKTIONSTAG SELBSTHILFE

An diesem Tag bekommen Sie einen Überblick über die einzigartige Vielfalt der Berliner Selbsthilfe. Alle die kommen, haben die Möglichkeit, sich mit anderen auszutauschen, sich zu informieren und zu engagieren. Sie können mit Betroffenen, Selbsthilfebegeisterten und Ehrenamtlichen ins Gespräch kommen.

SELBSTHILFE-MARKT

14:00 BIS 18:30 UHR
POTSDAMER PLATZ

An zahlreichen Pavillons stellen rund 50 Selbsthilfeorganisationen und -gruppen aus Berlin und Brandenburg ihr Angebot vor.

FILMVORFÜHRUNG & WEITERES

18:00 BIS 20:30 UHR
POTSDAMER PLATZ

Gezeigt wird der Film „Neben der Spur – Von der Depression aus der Bahn geworfen“ im großen Zelt. Anschließend Diskussion mit der Filmemacherin Andrea Rothenburg.

Außerdem erwartet Sie an diesem Tag:

- Der Inklusive Rapper Graf Fidi
- Das Folk-Duo Lennart Cordes & Luigi Belluzzo aus Berlin
- Der Mutmacher Sven Marx mit seinem Vortrag „vom Pflegefall zum Mutmacher“ und weitere spannende Programmpunkte

Mehr Infos: www.aktionstag-selbsthilfe.berlin



Ein Projekt der:



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

Gefördert durch die gesetzlichen Krankenkassen
und ihre Spitzenverbände in Berlin.



Ein Projekt vom:



Berliner
Behindertenverband e.V.

