

Donnerstag, 17.10.2024

Uhrzeit: 13:00 Uhr
Ort: Bushaltestelle Nehrornweg in Riddagshausen/
Braunschweig

Spaziergang durch Riddagshausen mit Einkehr im Teetied

Freier Eintritt, ohne Anmeldung
Anmeldung bitte bei B. Ruffer unter 0177 8996012

Uhrzeit: 16:00 Uhr
Ort: Gemeindepsychiatrisches Zentrum (GPZ),
Hamburger Straße 226, 38114 Braunschweig

Lesung und interaktive Gespräche - Stephan Falkenstein (Betroffener) und Norbert Wiedemann (Angehöriger) lesen und erzählen im Rahmen der Woche der Seelischen Gesundheit aus ihrer Sicht über ihre Erfahrungen mit seelischen Erkrankungen. Beide sind in der Selbsthilfe in Braunschweig engagiert und in ihren Selbsthilfegruppen bieten sie Betroffenen von psychischen Erkrankungen und Angehörigen einen geschützten Raum an.

Anschließend erfolgt ein Ausklang der Woche der seelischen Gesundheit und ein Ausblick mit Linda Kawa-Asher vom GPZ.

Freier Eintritt, mit Anmeldung unter:
gemeindepsychiatrisches.zentrum@braunschweig.de
oder 0531 470 7043

Mittwoch, 23.10.2024

Uhrzeit: 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Ort: INN-tegrativ gGmbH
Berliner Platz 1c, Braunschweig

In Zusammenhang steht auch diese Veranstaltung: „Tag der Offenen Tür“ bei INN-tegrativ gGmbH zum Thema „Rückkehr in Arbeit nach gesundheitlichen Krisen“ mit Vorträgen zum Thema „Umgang mit Schizophrenie“ und „Psychosoziale Hilfsangebote für seelisch erschütterte bzw. psychisch erkrankte Menschen“ sowie Workshops.

Eintritt frei, um Anmeldung wird gebeten unter BRIZ-Braunschweig@inn-tegrativ.de

Wir danken allen Beteiligten:



IMPRESSUM V. i. S. d. P.: Stadt Braunschweig, Fachbereich Soziales und Gesundheit, Gesundheitsamt, Gemeindepsychiatrisches Zentrum, Hamburger Straße 226, 38114 Braunschweig
Gestaltung: Thu Thuy Pham-Hoang | Stadt Braunschweig | Druck: Stadt Braunschweig



WOCHE DER

SEELISCHEN

GESUNDHEIT



**VOM 10.10.2024 - 17.10.2024
IN BRAUNSCHWEIG**

Vom 10. bis 20. Oktober 2024 findet eine deutschlandweite Aktionswoche „Woche der Seelischen Gesundheit“ des „Aktionsbündnis Seelische Gesundheit“ statt. Die „Woche der Seelischen Gesundheit 2024“ steht unter dem Motto: Hand in Hand für seelische Gesundheit am Arbeitsplatz. Ziel dieser Woche ist es, auf die Bedeutung hinzuweisen, sich mit der eigenen und der seelischen Gesundheit anderer auseinanderzusetzen, Hoffnung zu machen und Angebote aufzuzeigen, wo Menschen Hilfen erhalten können. In dieser Woche sollen Menschen für psychische Gesundheit sensibilisiert werden. In Braunschweig finden dazu vom 10.10.-17.10.2024 unterschiedliche Veranstaltungen statt.

**Sie sind herzlich eingeladen,
sich zu beteiligen und mitzureden**

Donnerstag, 10.10.2024

Uhrzeit: 15:00 Uhr
Ort: Gemeindepsychiatrisches Zentrum (GPZ),
Hamburger Straße 226, 38114 Braunschweig

Auftakt der Woche der seelischen Gesundheit:
Begrüßung und Einführung mit Martin Klockgether, Leiter
Fachbereich Soziales und Gesundheit der Stadt Braunschweig
und Frau Nicole Scornavacche, der Leiterin des Sozialpsychi-
atrischen Dienstes Braunschweig - danach Vortrag und Aus-
tausch mit Christopher Arnold von der Universität Braun-
schweig zum Thema „Jeder ist seines Glückes Schmied?
- Arbeits- und Lebensbewältigung und Weisheit“ und mit Ju-
lian Kurzidim vom intakt e.V. unter dem Motto „Angst vor dem
ersten Tag?“ aus dem Alltag eines Schüchternen.

Freier Eintritt, mit Anmeldung unter:
gemeindepsychiatrisches.zentrum@braunschweig.de
oder 0531 470 7043

Uhrzeit: 19:00 bis 22:30 Uhr
Ort: Fiets kaffee.bar,
Altewiekring 29, 38102 Braunschweig

„Open Mic – Open Mind. Kleinkunstprogramm zur seelischen
Gesundheit“

Organisiert durch Lavie Reha gGmbH, axon - Verein zur
Förderung seelischer Gesundheit e.V. und der Weg e.V.

Freier Eintritt, ohne Anmeldung

Uhrzeit: 19:00 bis 20:30 Uhr
Ort: im Bürgerbüro Rünigen, In der Alten Schule
(Eingang auf der Rückseite) Thiedestraße 19a,
38122 Braunschweig

„Was bedeutet „Co-Abhängigkeit“ bei Suchterkrankungen?“
In Impulsvorträgen stellen die vier Leitungen der Selbsthilfe-
gruppen "Angehörige von Suchtkranken" im Braunschweiger
Freundeskreis, die Auswirkungen der Co-Abhängigkeit
zwischen dem Suchtkranken und dem Angehörigen vor -

Freier Eintritt, ohne Anmeldung

Donnerstag, 10.10.2024

Uhrzeit: 19:00 Uhr (Einlass ab 18:15)
Ort: im Roten Saal, Schlossplatz 1, Braunschweig statt.

Lesung mit Angelina Boerger: „Kirmes im Kopf, Wie ich als
Erwachsene herausfand, dass ich AD(H)S habe.“ Lange Zeit
fragt sich Angelina Boerger: Bin ich einfach chaotisch und
kann nicht gut mit Stress umgehen, oder steckt vielleicht mehr
dahinter? Mit Ende zwanzig erhält sie schließlich die Diagnose
»AD(H)S im Erwachsenenalter« und ist erleichtert: Endlich hat
„die Kirmes“ in ihrem Kopf einen richtigen Namen! Im Rahmen
der Lesung möchten wir uns mit diesen Fragen beschäftigen
und auch darauf eingehen, inwiefern es helfen kann, sich mit
Betroffenen in einer Selbsthilfegruppe auszutauschen.

Freier Eintritt, mit Anmeldung unter:
kibis@paritaetischer-bs.de oder 0531-48079-20.
Wir bedanken uns bei der AOK Niedersachsen
für die Förderung.

Der Zugang zum Roten Saal ist barrierefrei. Aufzugtiefe
1,32 m und Aufzugtüröffnungsbreite 0,89 m, rollstuhlgerechter
Sanitärraum ist vorhanden.

Freitag, 11.10.2024

Uhrzeit: 12:00 Uhr bis 13:30 Uhr
Ort: Gemeindepsychiatrisches Zentrum (GPZ),
Hamburger Straße 226, 38114 Braunschweig

Offener Treff „Psychisch krank, emotional erschüttert – und
nu?“ Suchst du nach Hilfe oder Kontakt? Fragst du dich, was
es an Anlaufstellen in der Unterstützungslandschaft gibt?
Oder hast du gute Ideen oder Erfahrungen, die auch für andere
Betroffene hilfreich sein könnten? Willkommen zu einem
Austausch. Es findet ebenso ein Kurzvortrag zum Thema Peer-
Counselling/ Peer-Beratung statt.

Freier Eintritt, ohne Anmeldung

Uhrzeit: 18:30 Uhr
Ort: kleines Café des Caritasverband e.V.
Böcklerstr. 232, 38102 Braunschweig

„Lesung 2.0“ mit Stephan Falkenstein. Herr Falkenstein
erzählt, wie er seinen Weg gefunden hat und heute mit seiner
„Freundin der Depression“ ein erfülltes Leben führt.

Freier Eintritt, ohne Anmeldung

Montag, 14.10.2024

Uhrzeit: 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Ort: Kaufbar, Helmstedter Straße 135,
38102 Braunschweig

„Infocafé zum Thema Einstieg in den Beruf mit psychischer
Erkrankung“ u. a. werden Themen besprochen wie Angebote
für einen passenden Arbeitsplatz trotz Erkrankung, was ist
Peer-Support und Peer-Beratung? Welche Hilfen zur psycho-
sozialen Beratung gibt es in BS?

Freier Eintritt, ohne Anmeldung

Uhrzeit: 20:15 Uhr
Ort: Buchhandlung Graff,
Sack 15, 38100 Braunschweig

In Kooperation mit dem Netzwerk Depression stellt Vera Kö-
nig, Genesungsbegleiterin, ihr Buch „Die unsichtbare Last“ in
der Buchhandlung Graff vor.

Der Ticketerwerb erfolgt über die Buchhandlung Graff.

Mittwoch, 16.10.2024

Uhrzeit: 13:00 Uhr bis 18:00 Uhr

„Tag der offenen Tür bei der Weg – Verein für gemeindenahe
sozialpsychiatrische Hilfen e.V.“

Uhrzeit: 13:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Ort: Helmstedter Straße 167, Braunschweig
(Kontaktstelle & Tagesstätte) und von
Uhrzeit: 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Ort: im Bruchtorwall 9, Braunschweig
(Ambulante Dienste & Integrationsfachdienst)

Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Universum-Kino, Neue Str. 8, 38100 Braunschweig

Das Roadmovie „Expedition Depression“ ist ein Film, der De-
pressionen bei Jugendlichen auf den Grund geht. Fünf (sich
völlig fremde) junge Erwachsene, die selbst in ihrer Kindheit
und Jugend Depressionen erlebt haben, begeben sich auf
einen Roadtrip durch Deutschland und damit auf die Suche
nach Antworten der Erkrankung. Der Film soll die Aufmerk-
samkeit auf das Thema wecken und Mut und Kraft geben, sich
mit der Erkrankung auseinander zu setzen.

Eintritt frei, um Spenden wird gebeten