

14. Woche
der seelischen Gesundheit Bremen
4. bis 12. Oktober 2025



Stigmatisierung
entgegentreten
Gemeinsam und solidarisch

Stigmatisierung entgegenzutreten –
Gemeinsam und solidarisch
Einführung 4

Montag · 6.10.2025 · 15:00 bis 18:00 Uhr
Wir gebender Vielfalt viele Stimmen –
laut und sichtbar gegen Stigmatisierung
Workshop 5

Dienstag · 7.10.2025 · 16:30 bis 18:00 Uhr
„Wir sind hier“ – Kinder psychischer kranker Eltern
sehen und verstehen lernen
Film und Gespräch 5

Dienstag · 7.10.2025 · 17:00 bis 19:00 Uhr
Dorothea Buck – von ihr lernen, über sie nachdenken
Podiumsgespräch 6

Dienstag · 7.10.2025 · 18:00 bis 20:00 Uhr
„Religionen laden ein“ – Lernen Sieden buddhistischen
Zen-Kreis Bremen e.V. kennen
Vortrag, Zen-Meditation, Austausch und Raum für Fragen 7

Mittwoch · 8.10.2025 · 14:30 bis 16:30 Uhr
„Ver_rückt in der Arbeitswelt. Zwischen Tabu und
Empowerment: psychische Erkrankung und Arbeit“
Gesprächsrunde 7

Mittwoch · 8.10.2025 · 18:30 bis 20:00 Uhr
Therapeutisches und literarisches Schreiben:
(K-)ein Gegensatz?!
Impuls-Lesung mit anschließendem Gespräch 8

Donnerstag · 9.10.2025 · 16:30 bis 18:30 Uhr
Peer-Arbeit – für Offenheit und Toleranz
Gesprächsrunde 9

Donnerstag · 9.10.2025 · 16:30 bis 18:00 Uhr
Wechseljahre – natürlich, vielfältig und bewegend
Gesprächsrunde für Frauen* 9

Donnerstag · 9.10.2025 · 18:00 bis 20:30 Uhr
Wofür es zu leben lohnt!
Über die Kreativität der Liebe zum Leben,
die Kraft der Würde und die „Ehrfurcht vor dem Leben“
(Albert Schweitzer)
Vortrag mit Raum für Fragen 10

Freitag · 10.10.2025 · 18:00 bis 20:30 Uhr
Seelische Gesundheit ohne Zuhause?
Angelika Sinn liest: Keine Bleibe.
Lebensgeschichten wohnungsloser Frauen
Lesung und anschließende Podiumsdiskussion 11

Samstag · 11.10.2025 · 14:00 bis 16:00 Uhr
Station 61 – Betroffene, Angehörige und Freunde
Im Miteinander zeigen wir auf
Vortrag mit Diskussion 12

Samstag · 11.10.2025 · 19:00 bis 0:00 Uhr
Mad Pride Disco Bremen
(alkoholfreie) Party 13

Einführung

Vom 4. bis 12. Oktober findet die inzwischen 14. Woche der seelischen Gesundheit in Bremen statt. In diesem Jahr unter dem Motto: Stigmatisierung entgegentreten – Gemeinsam solidarisch.

Die Spaltung der Gesellschaft greift um sich. Rechte Begriffe und Gedankengebilde, die wir in Deutschland für überwunden gehalten, erfahren wieder Aufwind. Rechte Positionen werden zusehends mehrheitsfähig. Menschenverachtendes wird denk- und sagbar, Begriffe und damit zusammenhängende Gedankenwelten werden auch in der Mitte übernommen: Der gesamte Diskurs verschiebt sich nach Rechts.

Das mit den aktuellen Entwicklungen einhergehende rechtsgeprägte Menschenbild stellt biologistische Erklärungsmuster für psychische Krisen ins Zentrum. Die Spaltung zwischen psychisch gesund und krank wird mit dem Label Gefährlichkeit verbunden und die als „psychisch krank“ Gelabelten werden als potentiell gefährlich stigmatisiert.

Was können wir gegen diese Entwicklung tun? Den Kopf nicht in den Sand stecken!

Menschenrechte weiterhin verteidigen, nun umso stärker. Eine unpolitische Mitte gibt es nicht. Wir sollten Verbindungen stärken, uns füreinander einsetzen. Uns auf Gemeinsames und gegenseitiges Verstehen konzentrieren. Auf Basis der Gleichwertigkeit der Menschen, ob bereits diagnostiziert, oder (noch) nicht gemeinsam zusammenstehen.

Dazu haben die verschiedensten Beteiligten der Bremer Sozialpsychiatrie mit ihren Beiträgen zu einem spannenden, inspirierenden und abwechslungsreichen Programm beigetragen.

Zu den Workshops, Lesungen, Filmvorführungen, Gesprächsrunden und der MadPride Disko möchten wir Sie hiermit herzlich einladen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
DGSP Landesverband Bremen e.V.
Lina Thee und Carlotta Zimmer

Montag · 6.10.2025 · 15:00 bis 18:00 Uhr

Wir gebender Vielfalt viele Stimmen –
laut und sichtbar gegen Stigmatisierung

Workshop

Stigmatisierung geht uns alle an. Alltagsstigmatisierung definieren, Gegenstrategien entwickeln und vernetzen wirken dem entgegen. Jede Handlung gegen Ausgrenzung zählt.

Referent*innen Nika Kühne, EX-INGenesungsbegleiter*in,
Nadine Granzow, EX-INGenesungsbegleiter*in,
Jörn Petersen, Leitung FOKUS

Veranstaltende Empowerment College Bremen – Fokus

Ort FOKUS, Zentrum für Bildung und Teilhabe der
Initiative...e.V.
Travemünder Straße 3
28219 Bremen

Anmeldung Anmeldung erwünscht an:
ec-anmeldung@izsr.de,
Telefon: 04213801950

Dienstag · 7.10.2025 · 16:30 bis 18:00 Uhr

„Wir sind hier“ –
Kinder psychisch erkrankter Eltern sehen
und verstehen lernen

Film und Gespräch

Wenn Eltern Teile psychisch erkrankter Kinder oft verheimlicht, „Wir sind hier“ gibt Kindern eine Stimme und regt zum Gespräch an.

Moderation Christiane Behncke, Michael Tietje

Veranstaltende Sozialpsychiatrischer Förderkreis DasBoot e.V.

Ort Zentrum seelische Gesundheit
Hafenstraße 126
27576 Bremerhaven

Dienstag · 7.10.2025 · 17:00 bis 19:00 Uhr

Dorothea Buck – von ihr lernen,
über sie nachdenken

Gespräch

Dorothea Buck – ihr Engagement, ihr Verstehen und Berichten ihres Psychose-Erlebens, ihr Schweigenbrechen über die brutale Behandlung von psychisch Erkrankten während des Nazi-Regimes (und danach), dem Im-Dialog-Bleiben, machte sie zu einer Lichtgestalt der Betroffenenbewegung. Ihr Wirken schenkte vielen Menschen Mut, Hoffnung und Zuversicht. Sie hinterlässt auch nach ihrem Tod Spuren, denen wir an diesem Abend gemeinsam nachgehen möchten.

Referent*innen Lina Thee, Soziologin und Erfahrene,
Prof. Dr. med. Uwe Gonther, Ärztlicher Direktor
AMEOS Klinikum Bremen

Ort AMEOS Klinikum Bremen,
Rockwinkeler Landstraße 110,
Raum Dorothea Buck (zwischen Tagesklinik und B-Haus)

Dienstag · 7.10.2025 · 18:00 bis 20:00 Uhr

„Religionen laden ein“ –
Lernen Sie den buddhistischen Zen-Kreis
Bremen e.V. kennen

Vortrag, Zen-Meditation,
Austausch und Raum für Fragen

Mit der Veranstaltungsreihe „Religionen laden ein“ möchte der Verein „Friedenstunnel – Bremen setzt ein Zeichen e.V.“ Ressentiments gegenüber anderen Kulturen und Religionen vorbeugen und die Möglichkeit für Begegnungen und Austausch mit interessierten Menschen – auch aus anderen Kulturen schaffen.

Referent*innen Sai Sho Sensei Wolfgang Schmidt
sowie Mitglieder des Zen-Kreis Bremen e.V.

Moderation Regina Heygster

Veranstaltende Friedenstunnel – Bremen setzt ein Zeichen e.V.

Ort Zen-Kreis Bremen e.V. – Meditationszentrum
Vor dem Steintor 34
28203 Bremen

Mittwoch · 8.10.2025 · 14:30 bis 16:30 Uhr

„Ver_rückt in der Arbeitswelt. Zwischen
Tabu und Empowerment:
psychische Erkrankung und Arbeit“
(45 min.) Bremen 2024 von Anne Frisius

Film und Diskussion: bei Kaffee und Kuchen Film
gucken und danach diskutieren.

Psychische Krankheit ist nicht außergewöhnlicher
als physische Krankheit, wird aber eher vertuscht,

ignoriert oder ausgegrenzt. Über 50% der psychisch Erkrankten verlieren ihre Arbeit, werden früh-verrentet, d.h. meist gegen ihren Willen aussortiert. Der Film zeigt mutige Protagonist*innen mit psychischen Krankheiten, Projekte und Aktivist*innen aus verschiedenen Arbeitsbereichen, die andere Wege gehen.

<https://cooperativa-film.de/> (Trailer 2 min)

Referent*innen Anne Frisius, Filmemacherin

Veranstaltende FQZ/MGH Neue Vahr, Vahrer Löwen

Ort Familien Quartiers Zentrum
August Bebel Allee 284
28329 Bremen

Mittwoch · 8.10.2025 · 18:30 bis 20:00 Uhr

Therapeutisches und literarisches
Schreiben: (K-)ein Gegensatz?!

Impuls-Lesung mit anschließendem Gespräch

Jutta Reichelt liest aus ihrem Buch Mein Leben war nicht, wie es war und lädt zum Austausch über die unterschiedlichen Formen ein, die das Schreiben annehmen kann.

Referent*innen Jutta Reichelt, Autorin, Geschichten-Anstifterin, Schreibcoach

Moderation Franzis Binder

Veranstaltende DGSP Landesverband Bremen e.V.

Ort FOKUS, Zentrum für Bildung und Teilhabe der Initiative...e.V.
Travemünder Straße 3
28219 Bremen

Donnerstag · 9.10.2025 · 16:30 bis 18:30 Uhr

Peer-Arbeit – für Offenheit und Toleranz

Gesprächsrunde

Bei Peer-Arbeit wird eine Krisenerfahrung als Stärke eingebracht. Durch Vernetzung möchten wir gemeinsam Stigmatisierung entgegenreten.

Referent*innen Mitarbeitende und Freund*innen von „Arbeit im Fokus“

Veranstaltende Arbeit im Fokus – FOKUS/Initiative...e.V.

Ort FOKUS, Zentrum für Bildung und Teilhabe der Initiative...e.V.
Travemünder Straße 3
28219 Bremen

Anmeldung 04213801950,
arbeitimfokus@izsr.de

Donnerstag · 9.10.2025 · 16:30 bis 18:00 Uhr

Wechseljahre – natürlich, vielfältig
und bewegend

Gesprächsrunde für Frauen*

Anlässlich der Woche der seelischen Gesundheit wollen wir mit Ihnen über ein Thema sprechen, das immer noch tabuisiert wird: die Wechseljahre. Diese Lebensphase bringt körperliche, seelische und hormonelle Veränderungen mit sich – sie kann herausfordernd, aber auch befreiend sein. Ziel unseres Austauschs ist es, Erfahrungen zu teilen, Wissen zu vertiefen und einen offenen Umgang mit diesem natürlichen Abschnitt im Leben von Frauen zu fördern. Jede Perspektive ist wert-

voll –ob persönlich erlebt, medizinisch begleitet oder im Umfeld beobachtet.

Referent*innen Zeinab Tarraf, Frauenärztin

Veranstaltende Frauengesundheit in Tenever in Kooperation mit der VHS Bremen, Regionalstelle Ost

Ort Frauengesundheit Tenever
Koblenzer Straße 3a
28325 Bremen

Anmeldung Bitte vorher anmelden unter:
Telefon 0421401728 oder per E-Mail unter
kontakt@frauengesundheitintenever.de

Referent*innen Prof. Dr. Annelie Keil

Moderation Regina Heygster

Veranstaltende Hospizhilfe Bremen e.V.

Ort St. Remberti-Gemeinde
Albert-Schweitzer-Saal
Friedhofstraße 10
28213 Bremen

Anmeldung Hospizhilfe Bremen e.V., info@hospiz-bremen.de

Freitag · 10.10.2025 · 18:00 bis 20:30 Uhr

Donnerstag · 9.10.2025 · 18:00 bis 20:30 Uhr

Wofür es zu leben lohnt!
Über die Kreativität der Liebe zum Leben,
die Kraft der Würde und die „Ehrfurcht vor
dem Leben“ (Albert Schweitzer)

Vortrag mit Raum für Fragen

„Ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben,
das leben will“ –dieser Satz fasst das Leitbild im
Werk des Arztes Albert Schweitzer zusammen,
mit dem er den Menschen auffordert, das eigene
Leben verantwortlich und neugierig als Aufgabe
und Auftrag für sich selbst in die Hand zu neh-
men, jedem anderen Leben Respekt entgegenzu-
bringen und sich selbst als „friedensfähig“ in eine
Welt einzubringen, die statt Leben und Lebendig-
keit zu fördern, kriegerisch, selbstgerecht und
gleichgültig Leben auf allen Ebenen gefährdet.

Prof. Dr. Annelie Keils Vortrag ist ein Beitrag zu
unserem Jubiläumsjahr „30 Jahre Hospizhilfe
Bremen e.V.“

Seelische Gesundheit ohne Zuhause?
Angelika Sinn liest: Keine Bleibe.
Lebensgeschichten wohnungsloser Frauen

Lesung und anschließende Podiumsdiskussion

Lesung und Podium „Keine Bleibe. Lebensge-
schichten wohnungsloser Frauen“ zum Welttag
der seelischen Gesundheit mit Comeback und
LielLa e.V.

Referent*innen Angelika Sinn
comeback gGmbH Bremen
LielLa e.V. Bremen

Moderation Stefanie Beckröge und Jannik Sachweh

Veranstaltende KulturAmbulanz

Ort Kulturambulanz
Haus im Park – Haus 47
Züricher Straße 40
28325 Bremen

Station 61– Betroffene, Angehörige und Freunde Im Miteinander zeigen wir auf

Lesung und Podiumsdiskussion

Die Autorin Özdenliest aus ihrer bewegenden Autobiografie: Jugendzwischen Freundschaft, Drogen, Ausgrenzung–bis hin zur drogeninduzierten Psychoseund dem Wegzurück zu sich selbst.

Im Anschluss: Podiumsdiskussion mit Andrea Roosch, EX-INAngehörigenbegleiterin.

Station 61“ gibt denen eine Stimme, die oft übersehen werden: Betroffenen, Angehörigen und Freunden. Ein Abend des Zuhörens, Verstehens und gemeinsamen Sichtbarmachens.

Referent*innen ÖzdenOhlsen (Gründerin Fabrik der Gesundheit)
Andrea Roosch (EX-IN-Angehörigenbegleiterin)

Veranstaltende Fabrik der Gesundheit, Landesverband Psychiatrie-Erfahrener (LVPE) Bremen e.V.

Ort St.Pauli Gemeinde
Große Krankenstraße 11
28199 Bremen

Mad Pride Disco Bremen

(alkoholfreie) Party

behindert, süchtig und verrückt & friends feiern die Vielfalt der Menschen.Party für alle

Referent*innen Grußworte
Antje Grotheer (Präsidentin der Bremischen Bürgerschaft)
Arne Frankenstein (Landesbehindertenbeauftragter Bremen)
Özden Ohlsen (1. Vorsitzende LVPE Bremen)

Musik
female DJ Lady Oelectric

Moderation Nadine Granzow (Empowerment College Bremen von FOKUS, stellv. Patientenfürsprecherin AMEOS Klinikum Bremen)

Veranstaltende Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe behinderter Menschen Bremen e.V. (LAGS)
EX-INGruppe Bremen
Landesverband Psychiatrie-Erfahrener Bremen e.V. (LVPE Bremen)
Arbeitsgemeinschaft der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen in Niedersachsen und Bremen (AANB) e.V.

Ort Große Krankenstraße 11
28199 Bremen

Anmeldung sehr gerne einfach kommen



Veranstalter:
DGSPBremen e.V.

Verantwortlich TMG:
Sven Bechtolf
Vorstand DGSPBremen e.V.
Waller Heerstraße 193
28219 Bremen