15. Woche
der seelischen Gesundheit Bremen
5. bis 11. Oktober 2026

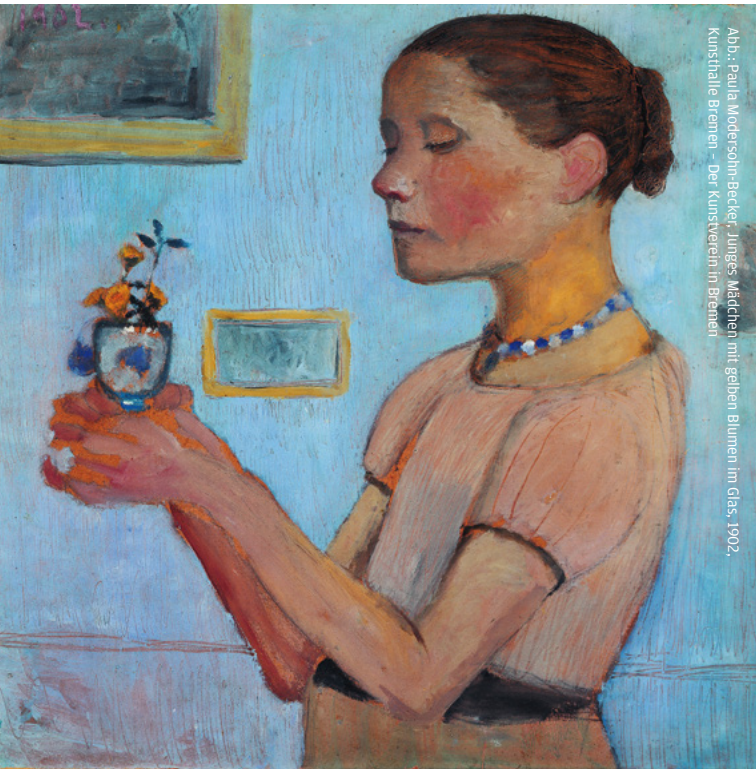


Abb.: Paula Modersohn-Becker, Junges Mädchen mit gelben Blumen im Glas, 1902, Kunsthalle Bremen – Der Kunstverein in Bremen

Kunst und Gesundheit

„Denke, was schön ist, und fühle,
was schön ist.“
(Paula Modersohn-Becker)

DGSP
Deutsche Gesellschaft für Soziale Psychiatrie e.V.

Kompetenzzentrum
KUNST AUF REZEPT
Netzwerk Kultur und Gesundheit

Einführung 6

Montag · 5.10.2026 · 17:30 bis 19:45 Uhr
Gemeinsam Kreativ Gesund!
Auftaktveranstaltung mit gemeinsamen Ausklang 8

Montag · 5.10.2026 · 14:00 bis 16:00 Uhr
Das Café Klatsch öffnet die Kreativgruppe für alle Interessierten
Workshop 10

Montag · 5.10.2026 · 15:00 bis 20:00 Uhr
Gute Botschaften, die verbinden
Kunst-Mitmach-Aktion 10

Montag · 5.10.2026 bis Samstag 10.10.2026
Kultur Vor Ort e.V.
Nachbarschaftstreff als offenes Angebot 11

Montag · 5.10.2026 · 18:30 bis 20:00 Uhr
Friedhöfe aus verschiedenen Blickwinkeln – Fotografische Reise inspiriert von Kunst und Musik
Vortrag mit Austausch 12

Montag · 5.10.2026 · 9:00 bis 12:00 Uhr
Einer schönen Erinnerung näherkommen
Workshop 12

Montag · 5.10.2026 · 9:00 bis 12:00 Uhr
Offenes Atelier mit den Soulpainter
Offenes Atelier/Workshop 13

Mo · 5.10.2026 bis Fr 9.10.2026 · jeweils 14:00 bis 17:00 Uhr
Trickfilm-Workshop
Workshop 14

Dienstag · 6.10.2026 · ganztägig
Ein Haus voll Kultur für die Seele
Kultur-Angebote 14

Dienstag · 6.10.2026 · 10:00 bis 14:00 Uhr
Im Atelier ist Buttontag
Klamottencafé öffnet die Türen 15

Dienstag · 6.10.2026 · 13:30 bis 15:30 Uhr
Fairer Blick
Workshop 15

Dienstag · 6.10.2026 · 15:00 bis 17:00 Uhr
„Regional Vernetzt“ – Wir brauchen mehr Zugang zur Bremer Kunst- und Kulturszene für Menschen mit seelischer Beeinträchtigung
Vortrag, Diskussion 16

Dienstag · 6.10.2026 · 15:00 bis 16:00 Uhr
Das Café Klatsch öffnet die Singgruppe für alle Interessierten
Singgruppe 17

6.10.2026 und 10.10.2026 · jeweils 16:00 bis 17:00 Uhr
Silent Time im Museum
Reizarme Stunde 17

6.10.2026 und 10.10.2026 · während der Öffnungszeiten
Bildmeditationen
Audioguide 18

Dienstag · 6.10.2026 · 18:30 bis 20:00
„Gehörtwerden und Zuhören“
Angeleiteter Austausch für kleine Gesprächsgruppen 18

Mittwoch · 7.10.2026 · 10:00 bis 12:30 Uhr
Dein Spiel am Limit – interaktives Theaterstück zu Rausch und Grenzerfahrung
Interaktives Theater incl. Publikumsgespräch 19

Mittwoch · 7.10.2026 · 11:00 bis 13:00 Uhr
Gemeinsam kreativ werden – Fensterkunst
Kreativprojekt – Fenster bemalen 20

Mittwoch · 7.10.2026 · 15:00 bis 16:30 Uhr
Kunst erleben, darüber sprechen
Seminar 20

Mittwoch · 7.10.2026 · 16:00 bis 17:30 Uhr
Mein innerer Schatz
Schreibwerkstatt 21

Mittwoch · 7.10.2026 · ca. 16:30 bis 18:00 Uhr
Trauerbewältigung durch Kunst in der Natur
Kleiner Spaziergang über den Riensberger Friedhof mit Erklärungen zu verschieden Grabstätten und deren Familien 21

Mittwoch · 7.10.2026 · 17:45 bis 20:45 Uhr
SchreibFreude – der inneren Stimme horchen
SchreibWorkshop 22

Donnerstag · 7.10.2026 · 18:30 bis 20:45 Uhr
Singfreude – die eigene Stimme entdecken
Workshop 23

Donnerstag · 8.10.2026 · 14:00 bis 16:00 Uhr
„Emotionen auf der Bühne – Emotionen im Publikum“
Diskussion 23

Donnerstag · 8.10.2026 · 14:00 bis 16:00 Uhr
Das Café Klatsch öffnet die Nähgruppe für alle die daran Freude haben
Offene Nähgruppe 24

Donnerstag · 8.10.2026 · 16:00 bis 18:00 Uhr
Offenes Angebot der Selbsthilfegruppe „Kreativität als Ventil“
Offene Selbsthilfegruppe 24

Donnerstag · 8.10.2026 · 18:00 bis 19:00 Uhr
Devlin – Ein kleiner Teufel findet eine Familie
Lesung 25

Freitag · 9.10.2026 · 15:00 bis 16:30 Uhr
Stimme
Workshop – gemeinsam Singen 26

Freitag · 9.10.2026 · 16:00 bis 17:00 Uhr
Künstlerische Friedensimpulse, die mich stärken
Führung durch den Friedenstunnel 26

Freitag · 9.10.2026 · 17:00 bis 20:00 Uhr
Sich selbst auf die Spur kommen … durch Kreatives Schreiben
Workshop 27

Freitag · 9.10.2026 · 18:00 bis 20:00 Uhr
Schizophrenie – Leben mit ganz normalen Wahnsinnstagen
Lesung und Diskussion 27

Samstag · 10.10.2026 · 15:00 bis 16:00 Uhr
Wir machen Musik – gemeinsames Musizieren ohne Vorkenntnisse
Workshop: offenes Improvisieren in der Gruppe 29

Samstag · 10.10.2026 · 19:00 bis 00:00 Uhr
3. Mad Pride Disco Bremen
Party 29

Sonntag · 11.10.2026 · 13:00 Uhr
Eröffnung: Kunstausstellung „Melting Pot 7“ des Künstlerhauses Lydda
Ausstellung 30

Sonntag · 11.10.2026 · 14:00 bis 17:00 Uhr
Basteln ist Selbsthilfe
Workshop 31

Montag · 12.10.2026 · 16:30 bis 18:00 Uhr
Wenn die Tage kürzer werden – Kraftquellen im Umgang mit „Herbstblues“ entdecken
Gesprächsrunde für Frauen* 32

Dienstag · 27.10.2026 · 9:00 bis 12:00 Uhr
2. Netzwerktreffen „Kunst – Kultur – Gesundheit“
Netzwerktreffen 33

Danksagung 34

Liebe Lesende,

die 15. Bremer Woche der seelischen Gesundheit findet in diesem Jahr vom 5.-11. Oktober an den verschiedensten Orten in Bremen und Bremerhaven statt.

Unter dem Motto Kunst und Gesundheit - „Denke, was schön ist, und fühle, was schön ist." (Paula Modersohn-Becker) finden insgesamt fast 30 Veranstaltungen aus dem Bremer Kultur- und Gesundheitsbereich statt.

Ganz nach dem Leitsatz vom letzten Jahr „gemeinsam und solidarisch", organisieren wir die diesjährige Woche der seelischen Gesundheit in Kooperation mit dem „Kompetenzzentrum Kunst auf Rezept - Netzwerk Kultur und Gesundheit", getragen von der Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz, dem Senator für Kultur und der Bremer Volkshochschule.

Ganz besonders freuen wir uns, dass es in diesem Jahr eine Auftaktveranstaltung geben wird, in der wir uns bei Vortrag, Podiumsgespräch und mit dem Chor Don Bleu vom Blaumeier Atelier auf das Thema einstimmen können.

Das diesjährige Programm bietet tolle Möglichkeiten sich in Vorträgen, Lesungen und Austauschrunden mit Kunst und Kreativität als Ressource für die seelische Gesundheit auseinanderzusetzten. Sie sind aber auch eingeladen, Kunst und Kultur selbst zu erleben: Schreiben, Malen, Theater, Singen, Betrachtungen ... in der bunten Auswahl an Workshops finden hoffentlich alle ein Medium um die Wirkung von Kunst und Kultur am eigenen Leib zu erfahren.

Im Nachgang, 27. Oktober 2026, veranstaltet das Kompetenzzentrum Kunst auf Rezept gemeinsam mit der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Bremen an der LVG&AFS Nds. HB e. V. ein Netzwerktreffen. Interessierte haben hier unter anderem die Möglichkeit Neues aus dem Netzwerk zu erfahren und sich mit der Frage nach gelingender Kooperation zwischen Gesundheit und Kultur zu befassen.

Besonders freuen wir uns, dass die Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz der Freien Hansestadt Bremen, Claudia Bernhard, in diesem Jahr wieder die Schirmherrschaft für die Bremer Woche der seelischen Gesundheit übernimmt.

Wir freuen uns auf Ihren/Euren Besuch!

für die DGSP Bremen
Uwe Gonther, Lars Peinemann, Carlotta Zimmer

für das Kompetenzzentrum Kunst auf Rezept –
Netzwerk Kultur und Gesundheit
Hannah Goebel, Imke Seifert

Montag · 5.10.2026 · 17:30 bis 19:45 Uhr

Gemeinsam Kreativ Gesund!

Auftaktveranstaltung zur Woche der Seelischen Gesundheit; mit anschließendem gemeinsamem Ausklang

inklusive Fachvortrag, Podiumsgespräch, künstlerischer Beitrag

Die Schirmherrin Claudia Bernhard leitet mit Ihrem Grußwort in die Woche der Seelischen Gesundheit ein, die gefüllt ist mit einer Vielzahl an Angeboten die es ermöglichen, Kunst selbst zu gestalten, erleben und zu diskutieren.

Im Anschluss an die Begrüßung folgt ein Fachvortrag von Thomas Isenberg zum EU-Bericht „Culture and Health: Time to Act“. Darin gibt er konkrete Empfehlungen, wie das Potenzial der Zusammenarbeit zwischen Kultur- und Gesundheitsbereich künftig noch besser genutzt werden kann.

Daran anknüpfend lädt eine Podiumsdiskussion dazu ein, bisherige Erfahrungen an der Schnittstelle von Kunst und Gesundheit zu beleuchten und gemeinsam über die Weiterentwicklung dieses spannenden Feldes zu diskutieren. Auf dem Podium vertreten sind: Thomas Isenberg (s. o.), Hannah Goebel (Kompetenzzentrum Kunst auf Rezept), Stadtkultur Bremen e.V. (angefragt), Sven Grewe (Programmteilnehmer „Kunst auf Rezept“) sowie Prof. Dr. Uwe Gonther (AMEOS Klinikum Bremen).

Abgerundet wird die Veranstaltung mit einem humorvollen musikalischen Beitrag des Blaumeier Chors „Chor Don Bleu“.

Zum Ausklang des Abends sind alle Gäste eingeladen, sich in entspannter Runde bei kleinen Häppchen auszutauschen.

Durch das Programm führt Jannik Sachweh von der KulturAmbulanz.

Referent*innen	Begrüßung und Eröffnung: Carlotta Zimmer (DGSP) Grußwort: Claudia Bernhard (Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz) Vortrag: Thomas Isenberg (OMC Expert Group Culture and Health) Podiumsgespräch: Thomas Isenberg (s.o.), Hannah Goebel (Kompetenzzentrum Kunst auf Rezept), Stadtkultur Bremen e.V. (angefragt), Sven Grewe (Programmteilnehmer „Kunst auf Rezept“), Prof. Dr. Uwe Gonther (Ameos Klinikum Bremen) Künstlerischer Beitrag: Chor Don Bleu
Moderation	Jannik Sachweh (KulturAmbulanz)
Veranstaltende	DGSP, Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Bremen an der LVG&AFS Nds. HB e.V., Kompetenzzentrum Kunst auf Rezept (SGFV, Bremer VHS und SfK)
Ort	Friedel-Bamberger-Saal im Erdgeschoss der Bremer Volkshochschule Faulenstraße 69 28195 Bremen

Montag · 5.10.2026 · 14:00 bis 16:00 Uhr

Das Café Klatsch öffnet die Kreativgruppe für alle Interessierten, anschließend Austausch!

Kreativgruppe

Wir treffen uns jeden Montag im Café Klatsch zum Basteln, Häkeln, kreativ sein.

Moderation: Martina Küsel

Veranstaltende: Tagesstätte Café Klatsch

Ort: Helgolander Straße 73
28217 Bremen

Montag · 5.10.2026 · 15:00 bis 20:00 Uhr

Gute Botschaften, die verbinden

Kunst-Mitmach-Aktion

Aus individuell gestalteten Leinwänden entsteht ein gemeinsames Kunstwerk mit guten Botschaften. Es soll mentale Gesundheit sichtbar machen und ermutigen, über Gefühle zu sprechen.

Veranstaltende: Netzwerk Selbsthilfe Bremen-Nordniedersachsen e.V. [und] unpretend

Ort: Netzwerk Selbsthilfe Bremen-Nordniedersachsen e.V.
Faulenstraße 31
28195 Bremen
Erdgeschoss.

Montag 5.10.2026 bis Samstag 10.10.2026

Kultur Vor Ort e.V.

Kultur Vor Ort stellt seine offenen Angebote des Nachbarschaftstreffs im Bromberger Viertel und dem Liegnitzquartier, sowie des Mobilen Ateliers in den Kontext der seelischen Gesundheit. Kommt vorbei, seid dabei!

Montag, 5.10.2026
15:30-18:00 Uhr Offener Treff für alle (Kunstkiosk)
16:00-18:00 Uhr Liegnitz-Café (Treff im Liegnitzquartier)

Dienstag, 6.10.2026
16:00-18:00 Uhr Temporäre Spielstraße (Liegnitzplatz)

Mittwoch, 7.10.2026
15:30-18:00 Uhr Mobiles Atelier (Kunstkiosk)
16:00-18:00 Uhr Liegnitz-Café (Treff im Liegnitzquartier)
16:00-19:00 Uhr Spielraum Bürgersteig (Treff im Liegnitzquartier)

Donnerstag, 8.10.2026
15:30-18:00 Uhr Mobiles Atelier (Gröpelinger Bibliotheksplatz)
18:30-21:30 Uhr: Rap-Werkstatt

Freitag, 9.10.2026
15:30-18:00 Uhr Temporäre Spielstraße (Kunstkiosk)
15:30-17:30 Uhr Mobiles Atelier (Liegnitzplatz)
17:30-19:30 Uhr Backstage Girls (Treff im Liegnitzquartier)

Samstag, 10.10.2026
16:00-19:00 Uhr Spielraum Bürgersteig (Treff im Liegnitzquartier)

Siehe auch:
https://kultur-vor-ort.com/veranstaltungen

Montag · 5.10.2026 · 18:30 bis 20:00 Uhr

Friedhöfe aus verschiedenen Blickwinkeln – Fotografische Reise inspiriert von Kunst und Musik

Vortrag mit Austausch

In einer Bildreise erzählt Heidi Kunze von ihrer Faszination für Friedhöfe und die Wege, die sie durch Reisen und Musikvideos zu besonderen Orten geführt haben.

Ihre Fotografien zeigen Friedhöfe als Orte der Erinnerung und Vergänglichkeit, zugleich aber auch als Orte voller Geschichten, Lebendigkeit und Inspiration sowie des bewussten Erlebens des Hier und Jetzt.

Referentin: Heidi Kunze, Fotografin

Veranstaltende: Hospizhilfe Bremen e.V.

Ort: Hospizhilfe Bremen e.V.
Außer der Schleifmühle 35/37
28203 Bremen

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

Montag · 5.10.2026 · 9:00 bis 12:00 Uhr

Einer schönen Erinnerung näherkommen

Workshop

Ressourcenaktivierung durch künstlerische Tools
Für: Jugendliche (ab 11 Jahren), Fachkräfte die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten und Eltern.

Referent*innen: Claudia Kopf, Jessica Koch, Sabrina Hotho

Veranstaltende: ReFaps (regionale Fachkräfte für psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen)

Ort: Im Gesundheitsamt Bremen
Horner Straße 60-70, Raum 1.250 im Eckhaus
28203 Bremen

Anmeldung: Bitte um Anmeldung an:
Claudia.kopf@gesundheit-nds-hb.de

Montag · 5.10.2026 · 9:00 bis 12:00 Uhr

Offenes Atelier mit den Soulpainter

Offenes Atelier/Workshop
Eine Künstlergruppe von Menschen mit seelischen Erkrankungen lädt zum kreativen Ausprobieren ein.

Farben entdecken, Ideen entfalten, Kreativität erleben: Offenes Atelier für freies Gestalten und kreatives Experimentieren.

Referent*innen: Manuela Schröter, Rebecca Behnke
Fachkräfte Bildung und Qualifizierung

Veranstaltende: Elbe - Weser Welten Fachbereich Arbeit und Bildung

Ort: Elbe - Weser Welten
Heinrich-Brauns-Straße 7
27578 Bremerhaven
Schulungsraum Werk III

Anmeldung: Max. Teilnehmerzahl: 20
Bitte um Anmeldungen an beide E-Mail Adressen:
E-Mail: manuela.schroeter@eww.de
E-Mail: rebecca.behnke@eww.de

Mo 5.10.2026 bis Fr 9.10.2026 · jeweils 14:00 bis 17:00 Uhr

Trickfilm-Workshop

Workshop

Die Teilnehmenden können sich kreativ ausprobieren und einen eigenen Trickfilm gestalten. Begrenzt auf 10 Plätze. Voranmeldung nötig!

Referentin: Ulrike Isenberg, www.trick47.de

Veranstaltende: FOKUS, Initiative zur sozialen Rehabilitation e.V., „Regional Vernetzt“

Ort: Güterbahnhof Bremen, Areal für Kunst und Kultur
Beim Handelsmuseum 9, Tor 47

Anmeldung: christian.schnepf@kultips.de

Dienstag · 6.10.2026 · ganztägig

Ein Haus voll Kultur für die Seele

Im Hemelinger Rathaus präsentieren sich dieses Jahr die Kultur-Angebote des ASB Seelische Gesundheit. Am Dienstag, den 6 Oktober werden im Hemelinger Rathaus verschiedene Angebote zum Mitmachen, Anhören und Zusehen angeboten.

Kunst-, Theater-, Tanz- und Schreibworkshops sowie Lesungen, Kunstausstellung und Infostände finden sich im ganzen Haus verteilt.

Das detaillierte Programm finden Sie unter: www.asb-bremen.de/woche-der-seelischen-gesundheit-2026

Ort: ASB Seelische Gesundheit
Rathausplatz 1
28309 Bremen

Dienstag · 6.10.2026 · 10:00 bis 14:00 Uhr

Im Atelier ist Buttontag

Ein Button ist ein kleiner knopfähnlicher Anstecker mit begrenzten Maßen, kann vieles sein. Er kann eine eigene Position zeigen, ein Statement, ernst, aber auch ein schöner Quatsch sein. Er kann Dich verschönern, den eigenen Stil unterstreichen, Mut machen, erzählerisch sein und eine Stimme verleihen.

Im Atelier wird es einen großen Tisch mit allerlei inspirierenden Material für Deinen eigenen speziellen Button geben. Ein eigener Kosmos, den Du gestalten kannst.

Komm und genieß die freie künstlerische Atelierluft!

Veranstaltende: Pakize Akin, Yvonne Lüdtke

Ort: Tagesstätte Süd - Klamottencafé
Hohentorsheerstraße 76-78
28199 Bremen-Neustadt

Dienstag · 6.10.2026 · 13:30 bis 15:30 Uhr

Fairer Blick

Workshop

Unser innerer Kritiker ist oft laut und ungerecht. Er blendet das Positive aus und verstärkt ver-

meintliche Fehler. In der DBT (Dialektisch-Behavioralen Therapie) hilft uns der Skill „Fairer Blick“ diese Verzerrung zu stoppen und wieder wohlwollend mit uns selbst umzugehen.

Im Rahmen des Workshops laden wir Sie einen inneren Waffenstillstand zu schließen. Mit intuitiven kreativen Methoden bringen wir unsere Stärken auf Papier und gestalten ein visuelles Fundament für mehr Selbstakzeptanz. Es sind keine künstlerischen Vorkenntnisse erforderlich.

Veranstaltende: Finja Ufen-Sinn (Kunsttherapeutin mit dem Schwerpunkt Arbeit mit Menschen mit Traumafolgestörung
Sarah Guddat mit dem Schwerpunkt DBT)

Ort: Kunst- und Ergotherapie im A-Haus des AMEOS Klinikum Bremen
Rockwinkeler Landstraße 110
28325 Bremen

Dienstag · 6.10.2026 · 15:00 bis 17:00 Uhr

„Regional Vernetzt“ – Wir brauchen mehr Zugang zur Bremer Kunst- und Kulturszene für Menschen mit seelischer Beeinträchtigung

Vortrag, Diskussion

„Regional Vernetzt“ ist ein Pilot-Projekt in Bremen mit dem Ziel, dass Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen leichter an Kultur teilnehmen können. Wir wollen dazu Menschen mit eigenen Erfahrungen, Anbieter*innen von Kultur, Fachleute aus dem sozialen Bereich und Fachleute aus dem medizinischen Bereich zusammenbringen.

Referent*innen: Christian Schnepf, Anna Rettig, Beatrix Evers-Greve, Daniela Schmid

Veranstaltende: FOKUS, Initiative zur sozialen Rehabilitation e.V.

Ort: FOKUS
Travemünder Straße 3
28219 Bremen

Dienstag · 6.10.2026 · 15:00 bis 16:00 Uhr

Das Café Klatsch öffnet die Singgruppe für alle Interessierten, anschließend Austausch!

Singgruppe

Wir treffen uns jeden Dienstag zum Singen, weil es guttut, Spaß macht und schön ist etwas gemeinsam zu tun!

Moderation: Heike Haarannen

Veranstaltende: Café Klatsch

Ort: Helgolander Straße 73
28217 Bremen

6.10.2026 und 10.10.2026 · jeweils 16:00 bis 17:00 Uhr

Silent Time im Museum

Reizarme Stunde

Es finden keine Führungen, Workshops, Durchsagen statt; reizreduzierte Bereiche (gedimmtes Licht, keine Audioinstallationen) sind auf einem Raumplan verzeichnet.

Veranstaltende Kunsthalle Bremen

Ort Kunsthalle Bremen
Am Wall 207
28195 Bremen

6.10.2026 und 10.10.2026 · während der Öffnungszeiten

Bildmeditationen

Audioguide

Zur Woche der Seelischen Gesundheit veröffentlicht die Kunsthalle Bremen eine neue Audiotour mit Bildmeditationen.

Veranstaltende Kunsthalle Bremen

Ort Kunsthalle Bremen
Am Wall 207
28195 Bremen

Dienstag · 6.10.2026 · 18:30 bis 20:00

„Gehörtwerden und Zuhören“

Angeleiteter Austausch für kleine Gesprächsgruppen
(2-3 Personen) zur Thematik der diesjährigen Aktionswoche.

Es wird hier keine Diskussion geführt, sondern die TN sprechen zu einer vereinbarten Fragestellung im Wechsel aus, was ihnen wichtig ist. In ihrer Sprechzeit werden sie nicht unterbrochen. Die anderen TN hören jetzt nur zu. Nach 3 Minuten, in der auch geschwiegen werden kann, ist der/die nächste TN dran.

Referentn Petra Haslop, Mediatorin

Veranstaltende Petra Haslop

Ort Nachbarschaftshaus Nahbei,
Findorffstraße 108 (Eingang Thielenstraße)
Barierrefrei.
28215 Bremen

Nähe Bushaltestelle 26/27 Findorffallee/Torfhafen

Anmeldung ohne Anmeldung

Mittwoch · 7.10.2026 · 10:00 bis 12:30 Uhr

Dein Spiel am Limit – interaktives Theaterstück zu Rausch und Grenzerfahrung

Interaktives Theater incl. Publikumsgespräch

Zuschauende erleben Kurzgeschichten zu Krisen im Alltag und gestalten Lösungen aktiv mit dem Ensemble.

Referent*innen Ensemble Wilde Bühne, Expert*innen für den Umgang mit psychischen Erkrankungen insbesondere Suchterkrankungen

Moderation Michaela Uhlemann-Lantow und Jana Köckeritz

Veranstaltende Wilde Bühne Bremen

Ort Wilde Bühne im Volkshaus
Hans-Böckler-Straße 9
28217 Bremen

Anmeldung buero@wilde-buehne-bremen.de

Mittwoch · 7.10.2026 · 11:00 bis 13:00 Uhr

Gemeinsam kreativ werden – Fensterkunst

Kreativprojekt - Fenster bemalen

Alte Fenster aus dem Wichernhaus werden gemeinsam gestaltet und finden dort einen neuen Platz

Referentinnen: Maira Bureck, Julia Endler

Ort: Tagesstätte Wichernhaus
Am Dobben 112
28203 Bremen

Anmeldung: maira.bureck@inneremission-bremen.de

Mittwoch · 7.10.2026 · 15:00 bis 16:30 Uhr

Kunst erleben, darüber sprechen

Seminar

Betrachtung ausgewählter Kunstwerke, anschließender Austausch

Referenten: Hartwig Dingfelder, Uwe Gonther

Veranstaltende: AMEOS Klinikum Bremen und Kunsthalle Bremen

Ort: Kunsthalle Bremen
Am Wall 207
28195 Bremen

Anmeldung: Da die Teilnahme auf 20 Plätze begrenzt ist, bitten wir um Anmeldung unter folgender E-Mail-Adresse: Claudia.Gerber@ameos.de

Mittwoch · 7.10.2026 · 16:00 bis 17:30 Uhr

Mein innerer Schatz

Schreibwerkstatt

Ressourcenorientiert erkunden wir im Schreiben, welche Schätze bereits in uns wohnen - und welche wir noch in die innere Schatzkiste aufnehmen möchten.

Referent*innen: Melina Georgoulis, Theatertherapeutin am AMEOS Klinikum Bremen

Veranstaltende: AMEOS Klinikum Bremen

Ort: Tagesklinik des AMEOS Klinikum Bremen
Rockwinkeler Landstraße 110
28325 Bremen

Mittwoch · 7.10.2026 · ca. 16:30 bis 18:00 Uhr

Trauerbewältigung durch Kunst in der Natur

Kleiner Spaziergang über den Riensberger Friedhof mit Erklärungen zu verschieden Grabstätten und deren Familien

Sich gemeinsam draußen in der Natur zu bewegen und dabei die Schönheit, auch dieses besonderen Friedhofes mit Grabstätten von vielen bedeutenden Persönlichkeiten, auf sich wirken zu lassen, tut einfach gut. Wir lauschen den Erklärungen von Hans-Georg, dürfen Fragen stellen und kommen ins Gespräch.

Referent*innen: Andrea Roosch, Leiterin der Bremer Mut-Gruppe mit Hans Georg Zwillus, langjähriger Teilnehmer der Bremer Mut-Gruppe

Moderation — Ansprechperson ist Andrea, Hans-Georg gibt Erklärungen zu verschiedenen Grabstätten ab.

Veranstaltende — Mut-fördern e.V. und Bremer Mut-Gruppe

Ort — Riensberger Friedhof
Friedhofstraße 51
28213 Bremen

Eingang zum Friedhof am Hornstückenweg
(am Kolumbarium, altes Krematorium)
Haltestelle „Riensberg“ der Linie 6

Mittwoch · 7.10.2026 · 17:45 bis 20:45 Uhr

SchreibFreude – der inneren Stimme horchen

SchreibWorkshop

Nimm dir Zeit für poetisches Schreiben, Lesen und kreatives Entdecken, denn Sprache ist eine Kraft.

Referentin — Donka Dimova, Autorin und Sprachkünstlerin (donka-dimova.de)

Veranstaltende — Bremer Volkshochschule

Ort — VHS im Bamberger Haus
Faulenstraße 69
28195 Bremen

Anmeldung — Anmeldung online (www.vhs-bremen.de) oder telefonisch (0421 361-12345) über die Veranstaltungsnummer 262M87-105

Donnerstag · 7.10.2026 · 18:30 bis 20:45 Uhr

Singfreude – die eigene Stimme entdecken

Workshop

Singfreude erleben mit Atem- und Stimmübungen, einfachen Liedern und Circle Songs. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Referentin — Stefanie Lubrich, Chorleiterin und Gesangspädagogin (www.mitsingen-bremen.de)

Veranstaltende — Bremer Volkshochschule

Ort — VHS im Bamberger Haus
Faulenstraße 69
28195 Bremen

Anmeldung — Anmeldung online (www.vhs-bremen.de) oder telefonisch (0421 361-12345) über die Veranstaltungsnummer 262M87-104

Donnerstag · 8.10.2026 · 14:00 bis 16:00 Uhr

„Emotionen auf der Bühne – Emotionen im Publikum“

Diskussion

Anhand kurzer künstlerischer Impulse wollen wir im Gespräch einen Austausch über Bühnenkunst und Gesundheit ermöglichen: Hat Theater einen therapeutischen Effekt? Was empfinden Performer:innen, wenn sie Emotionen „spielen“? Was bekommt man auf der Bühne von der Emotion im Zuschauerraum mit?

Referent*innen Ensemblemitglieder des Theater Bremen, Uwe Gonther

Veranstaltende Theater Bremen

Ort Kleines Haus, St. Pauli Hof
28203 Bremen

Donnerstag · 8.10.2026 · 14:00 bis 16:00 Uhr

Das Café Klatsch öffnet die Nähgruppe für alle die daran Freude haben, anschließend Ausstausch!

Offene Nähgruppe

Wir nähen Nikolaussäckchen für die Prof. Hess Kinderklinik.

Moderation Frau Bettina Wernken

Veranstaltende Tagesstätte Café Klatsch

Ort Helgolander Straße 73
28217 Bremen

Donnerstag · 8.10.2026 · 16:00 bis 18:00 Uhr

Offenes Angebot der Selbsthilfegruppe „Kreativität als Ventil“

Offene Selbsthilfegruppe

Wir sind eine kleine Gruppe von Menschen mit psychischen Erkrankungen und sehen als Gemeinsamkeit das Verarbeiten dieser in unserer Kreativität, sei es Schreiben, Malen, Basteln oder Handwerken.

Veranstaltende Selbsthilfegruppe „Kunst auf Rezept“

Ort Netzwerk Selbsthilfe –
Bremen/Nordniedersachsen e.V.
Faulenstraße 31
28195 Bremen

Donnerstag · 8.10.2026 · 18:00 bis 19:00 Uhr

Devlin – Ein kleiner Teufel findet eine Familie

Lesung

Devlin ist eine Erzählung über Andersartigkeit und Akzeptanz; die wahre Geschichte eines besonderen Kindes, das seinen Platz im Leben findet.

Referentin Stephanie Lipka (www.thisisdevlin.com), Autorin und Pädagogik-Lehrerin

Veranstaltende Stephanie Lipka

Ort Oberschule Kurt-Schumacher-Allee
(Container-Raum vor der Schule,
bitte Ausschilderung folgen)
Kurt-Schumacher-Allee 65
28327 Bremen

Haltestelle: Berliner Freiheit

Anmeldung Gerne via Instagram @this.is.devlin
oder Email contact@thisisdevlin.com
bis zum 6.10.2026

Freitag · 9.10.2026 · 15:00 bis 16:30 Uhr

Stimme

Workshop – gemeinsam Singen

Singen in Gemeinschaft ist nachweislich heilend und gesundheitsfördernd. Ich möchte gemeinsam mit dir singen, lachen und genießen!

Referentin: Nele von Goldacker (Dipl.-Theaterpädagogin) in Kooperation mit Arbeit im Fokus

Ort: Travemünder Straße 3
28219 Bremen

Anmeldung: Voranmeldung bis zum 1.10.2026 an SingenmitNele@web.de

Freitag · 9.10.2026 · 16:00 bis 17:00 Uhr

Künstlerische Friedensimpulse, die mich stärken

Führung durch den Friedenstunnel

Der Friedenstunnel – Wahrzeichen für Vielfalt und Toleranz, stärkt die Hoffnung auf Frieden und schenkt Denkanstöße, die guttun und inspirieren.

Referentin: Regina Heygster, Initiatorin und Künstlerin

Veranstaltende: Friedenstunnel – Bremen setzt ein Zeichen e.V.

Ort: Friedenstunnel
Parkallee 1
Treffpunkt vor der Mosaikpalme

Freitag · 9.10.2026 · 17:00 bis 20:00 Uhr

Sich selbst auf die Spur kommen … durch Kreatives Schreiben

Workshop

Die Freude am Schreiben (wieder) entdecken, den eigenen kreativen Wurzeln nachspüren und inspiriert von z. B. Bildern oder Symbolen eigene Texte entstehen lassen.

Referentin: Angelika Sinn (Autorin, Künstlerin und Leiterin von Schreibgruppen)

Veranstaltende: Netzwerk Selbsthilfe e. V.

Ort: Netzwerk Selbsthilfe e. V.
Faulenstraße 31
28195 Bremen

Anmeldung: Anmeldung notwendig unter info@netzwerk-selbsthilfe.com oder www.netzwerk-selbsthilfe.com/fb_schreiben.html

Freitag · 9.10.2026 · 18:00 bis 20:00 Uhr

Schizophrenie – Leben mit ganz normalen Wahnsinnstagen

Lesung und Diskussion

Lesung und Gespräch zum Welttag der seelischen Gesundheit mit Anna-Irmgard Jäger, Lilith Glaser und Nilüfer Türkmen.

Drei Bremer Autor:innen, die als Angehörige von Menschen mit Schizophrenie bereits früh direkte

Erfahrungen mit dieser Erkrankung gemacht haben, sind an diesem Abend zu Gast im Haus im Park. Alle drei haben das Thema Schizophrenie, über das noch immer viel zu wenig gesprochen wird, zum Mittelpunkt ihrer künstlerisch-literarischen Projekte gemacht. An diesem Abend lesen sie aus ihren Werken und sprechen gemeinsam über ihre Erfahrungen, ihre Kunst und Literatur, über ihren eigenen Umgang mit der Erkrankung und darüber, welche Perspektiven sie daraus gewonnen haben.

Referent*innen

Anna Jäger (deutsch griechische Autorin, Künstlerin und Tanz- und Theaterpädagogin)
Buch:
Ganz normale Tage - Geschichten von Träumen und Traumata

Nilüfer Türkmen (Autorin und Referentin zum Thema Schizophrenie)
Buch:
Als Mama mit der Lampe sprach

Lilith Glaser (Autorin und Illustratorin)
Graphic Novel:
Margo und die Schizophrenie

Moderation

Jannik Sachweh

Veranstaltende

KulturAmbulanz

Ort

Haus im Park
Züricher Straße 40
28325 Bremen

Anmeldung

info@kulturambulanz.de

Samstag · 10.10.2026 · 15:00 bis 16:00 Uhr

Wir machen Musik – gemeinsames Musizieren ohne Vorkenntnisse

Workshop: offenes Improvisieren in der Gruppe. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Wir experimentieren mit Klängen und ungewöhnlichen Instrumenten und finden einen gemeinsamen Sound.

Referent*innen

Zertifizierte MusiktherapeutInnen vom Bremer Institut für Musiktherapie leiten die Improvisation und geben Impulse.
Julia Rettig, Friederike Jacob,
Marie-Luise Zimmer, Susanne Van der Meer

Veranstaltende

BIM - Bremer Institut für Musiktherapie und seelische Gesundheit e.V.

Ort

BIM
Ilse-Kaisen-Straße 26
28327 Bremen

Anmeldung

Info@musik-bim.de

Samstag · 10.10.2026 · 19:00 bis 00:00 Uhr

3. Mad Pride Disco Bremen

Party

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

Referent*innen
Kooperation:
Julia Mädrich (künstlerische Leitung „Sommerblut Kulturfestival“, Projektleitung „Mad Pride Köln“)
behindert:
Jürgen Karbe (Vorsitzender LAGS), Gerald Wagner (Geschäftsführer LAGS), Bettina Fenzel (ehemalige Co-Präsidentin Bremer Behindertenparlament)
süchtig:
Rainer
verrückt:
Florian Reisewitz (Buchautor: „Von Goa nach Walsrode“)
friends:
Andrea Roosch (Angehörigenvertreterin im Psychiatrieausschuss des Landes Bremen, Co-Leiterin MUT-Gruppe Bremen, Co-Leiterin Angehörigengruppe AMEOS Klinikum Bremen)

Musik
Finna, DJ Sebastian Kobs

Moderation
Nadine Granzow (stellvertretende Patientenfürsprecherin AMEOS Klinikum Bremen)

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

Ort
Große Krankenstraße 11
28199 Bremen

Sonntag · 11.10.2026 · 13:00 Uhr

Eröffnung: Kunstausstellung „Melting Pot 7“ des Künstlerhauses Lydda

Ausstellung

In der KulturAmbulanz wird ein Ausschnitt der Ausstellung „Melting Pot 7“ gezeigt. Unter dem Leitgedanken einer „Ästhetik der Vielfalt“ macht sie die künstlerischen Bezüge und Netzwerke des Künstlerhauses Lydda sichtbar. Das Künstlerhaus in Bielefeld-Bethel versteht sich als Kunstakademie, in der der Mensch als bildender Kunstschaffender im Mittelpunkt steht. Die Freiheit des individuellen künstlerischen Ausdrucks bildet die Grundlage der Arbeit in den Ateliers.

Veranstaltende
KulturAmbulanz

Ort
Haus im Park
Züricher Straße 40
28325 Bremen

Sonntag · 11.10.2026 · 14:00 bis 17:00 Uhr

Basteln ist Selbsthilfe

Workshop

Zines und Collagen basteln in entspannter Atmosphäre und Austausch über Nonsens, Konsens, Existenz und Resilienz.

Referent*innen
Mandel Peiran und Juli Benz

Veranstaltende
LVPE Bremen e.V.

Ort
Seminarräume im Erdgeschoss
Travemünder Straße 3
28217 Bremen

Anmeldung
Anmeldungen sind nicht notwendig, aber hilfreich. Gerne als Info an info@lvpe-bemen.de

Montag · 12.10.2026 · 16:30 bis 18:00 Uhr

Wenn die Tage kürzer werden – Kraftquellen im Umgang mit „Herbstblues“ entdecken

Gesprächsrunde für Frauen*

Wenn die Tage kürzer werden und das Licht schwindet, spüren viele Menschen eine Veränderung ihrer Stimmung. Müdigkeit, Antriebslosigkeit und gedrückte Gefühle, der sogenannte Herbstblues oder saisonale Depression, sind in dieser Zeit weit verbreitet. In einer moderierten Gesprächsrunde vermittelt Dr. med. Sybille Eickens, Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie, fundierte Informationen zur mentalen Gesundheit in der dunklen Jahreszeit. Im Mittelpunkt stehen praxisnahe Strategien zur Stärkung der eigenen psychischen Resilienz. Die Gesprächsrunde bietet Raum für Austausch in einer offenen und wertschätzenden Atmosphäre. Wir bitten um vorherige Anmeldung. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Referentin	Dr. med. Sybille Eickens, Ärztin für Neurologie und Psychiatrie
Veranstaltende	Frauengesundheit in Tenever in Kooperation mit der Volkshochschule Bremen, Regionalstelle Os
Ort	Frauengesundheit in Tenever Koblenzer Straße 3A 23325 Bremen Linie 1, Haltestelle: Tenever-Zentrum
Anmeldung	Telefon 0421 40 17 28 kontakt@frauengesundheitintenever.de

Dienstag · 27.10.2026 · 9:00 bis 12:00 Uhr

2. Netzwerktreffen „Kunst – Kultur – Gesundheit“

Netzwerktreffen

Fachlicher Austausch und Netzwerken zu folgenden Themen: Gemeinsamer Rückblick auf die Woche der seelischen Gesundheit, Einblicke in die KulturAmbulanz, Neuigkeiten aus dem Netzwerk und die Frage nach gelingender Kooperation zwischen Gesundheit, Kunst und Kultur.

mit anschließendem Mittagsimbiss und der Möglichkeit einer kostenlosen Führung durch das Krankenhaus-Museum der KulturAmbulanz

Veranstaltende	Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Bremen an der LVG & AFS Nds. HB e.V., Kompetenzzentrum Kunst auf Rezept (SGFV, Bremer VHS und SfK)
Ort	Haus im Park der KulturAmbulanz Züricher Straße 40 28325 Bremen
Anmeldung	Anmeldung und Programm unter: https://eveeno.com/133282098 Freischaltcode: kunst

Danksagungen

Wir bedanken uns ganz herzlich bei der Kunsthalle Bremen für das zur Verfügung stellen des wunderbaren Titelbildes Junges Mädchen mit gelben Blumen im Glas (1902) von Paula Modersohn-Becker.

Des Weiteren bedanken wir uns bei der Initiative zur sozialen Rehabilitation e.V., insbesondere bei deren Mitarbeiter Jörn Borchert für Gestaltung und Satz dieser Broschüre.

Für die gemeinsame Planung und Veranstaltung des Auftaktes und des Netzwerktreffens danken wir von der DGSP Bremen und vom Kompetenzzentrum Kunst auf Rezept ganz besonders Marle Albert und Julia Strunz von der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. (LVG & AFS) für die herzliche und engagierte Zusammenarbeit.

Wir bedanken uns außerdem bei Jannik Sachweh von der KulturAmbulanz für die Moderation der Auftaktveranstaltung.

Danke an alle Organisationen, Vereine und Personen, die im Rahmen der Bremer Woche der seelischen Gesundheit eine Veranstaltung ausrichten und dieses Programm damit so bunt und abwechslungsreich machen.

Gib Deiner Stimme mehr Gewicht !

Werde DGSP-Mitglied

In der **DGSP** kommen Menschen zusammen, die sich für die **Rechte von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen** einsetzen und deren gemeindenahe Versorgung vorantreiben wollen.

Tausche dich aus, mische dich ein!

Als Mitglied erhältst du außerdem attraktive **Preisnachlässe bei DGSP-Veranstaltungen** und vierteljährlich die **Fachzeitschrift »Soziale Psychiatrie«.**

Werde Mitglied

www.dgsp-ev.de info@dgsp-ev.de

Jetzt noch anmelden!
Jahrestagung der DGSP
MANGEL VERWALTEN?
BEZIEHUNG GESTALTEN
HALTUNG ENTFALTEN
05.-07. November 2026
in Mainz
Infos und Anmeldung
auf dgsp-ev.de

DGSP
Deutsche Gesellschaft für Soziale Psychiatrie e.V.

Zeltinger Str. 9 · 50969 Köln
Tel.: (0221) 51 10 02
info@dgsp-ev.de
www.dgsp-ev.de

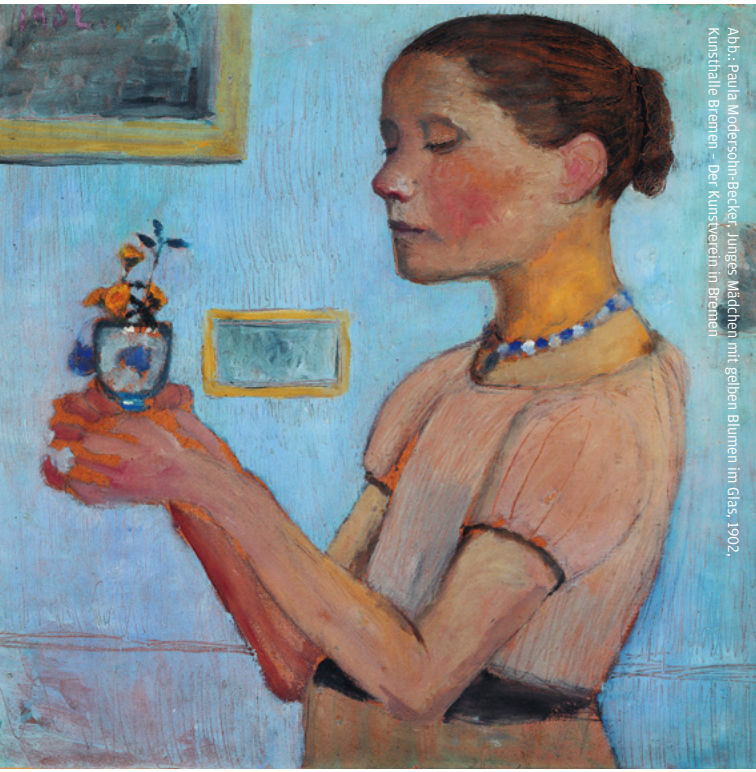


Abb.: Paula Modersohn-Becker, Junges Mädchen mit gelben Blumen im Glas, 1902, Kunsthalle Bremen – Der Kunstverein in Bremen

Veranstaltend:
DGSP Bremen
Kompetenzzentrum Kunst auf Rezept –
Netzwerk Kultur und Gesundheit

Verantwortlich:
DGSP Bremen
Christoph Engels und Lars Peinemann
Waller Heerstraße 193
28219 Bremen