

WOCHE DER SEELISCHEN GESUNDHEIT

Kostenfrei, ohne Anmeldung. **01. bis 22. OKTOBER 2026**

"Miteinander statt nebeneinander – für eine Gesellschaft, in der jede Psyche zählt."

07 Okt MITTWOCH | 19.00 bis 20.30 Uhr
Vorstellung: Warum tut denn keiner was?
- Zwangsmaßnahmen bei Menschen mit Demenz
Ort: In den Rosenäckern 10/11 38116 BS
Anmeldung: info@alzheimer-braunschweig.de, 0171 8946420

09 Okt FREITAG | 10.00 bis 15.00 Uhr
Gesundheits- und Wohlfühltag für pflegende Angehörige
Ort: In den Rosenäckern 10/11 38116 BS

10 Okt SAMSTAG | 10.00 bis 12.00 Uhr
Viel Frei(e)-Zeit? Kostenfreie Angebote?
Ort: GPZ BS

10 Okt SAMSTAG | 19.30 bis 21.30 Uhr
Kleinkunstprogramm mit offener Bühne:
„Seelische Gesundheit – Open Mic. Open Mind.“
Ort: Café Lüttes, Kaiserstraße 52, 38100 BS

12 Okt MONTAG | 13.00 bis 14.30 Uhr
Berufliche Orientierung (nach einer Krise)
| 15.00 bis 17.00 Uhr
Kontakte – was ist gesundheitsförderlich, was nicht?
Ort: GPZ BS

13 Okt DIENSTAG | 15.00 bis 16.30 Uhr
Info-Veranstaltung: Angebote des ZAR Braunschweig
Ort: ZAR Braunschweig, Hamburger Straße 49, 38114 BS

13 Okt DIENSTAG | 15.00 bis 17.00 Uhr
Austausch: Das Gegenteil von Einsamkeit
Ort: DRK-KaufBar, Helmstedter Str. 135, 38102 BS

13 Okt DIENSTAG | 16.00 bis 17.30 Uhr
Austausch: Familie und andere Zu-/ Angehörige - die Mitbetroffenen einer Sucht!? (= „Co-Abhängigkeit“)
Ort: GPZ BS

13 Okt DIENSTAG | 16.30 bis 18.00 Uhr
Vortrag: Einführung in die Leichte Sprache
Ort: IPH e.V., Bruchtorwall 9, 38100 BS
Mit Anmeldung: info@iph-nds.de, 0531 25643-0

14 Okt MITTWOCH | 15.00 bis 17.00 Uhr
Info-Veranstaltung: Angebote des Lukas-Werk
Ort: St. Leonhard 1-3, 38102 BS

14 Okt MITTWOCH | 18.00 Uhr (Einlass 17.30)
Film: Aufbruch ins Helle – Nach seelischer Krankheit wieder Lebensmut schöpfen.
Ort: Universum Kino GmbH, Neue Strasse 8, 38100 BS
Anschließend wird ein Dialog/ Austausch durchgeführt.

15 Okt DONNERSTAG | 12.00 bis 14.00 Uhr
Angebote gegen seelische Krisen/ Einsamkeit?
| 14.30 bis 16.00 Uhr
Beschwerdeannahme-/ Vermittlungsstelle ... ?!
Ort: GPZ BS

15 Okt DONNERSTAG | 17.00 bis 18.30 Uhr
Austausch: Mental health – über: #Angst
Ort: Kontaktstelle, Helmstedter Straße 167, 38102 BS

16 Okt FREITAG | 13.00 bis 17.00 Uhr
Tag der offenen Tür: Tagesstätte Saarbrückender Straße
Ort: Saarbrückener Straße 256, 38116 BS

16 Okt FREITAG | 11.00 bis 13.00 Uhr
Gruppenangebot: Frühstücksguppe
Ort: IPH e.V., Bruchtorwall 9, 38100 BS
Mit Anmeldung: info@iph-nds.de, 0531 25643-0

16 Okt FREITAG | 15.00 bis 17.00 Uhr
Gemeinsame Gespräche mit engen Bezugspersonen?
Ort: GPZ BS

19 Okt MONTAG | 13.00 bis 15.00 Uhr
Ist Selbstbestimmung in Krisen möglich?
Ort: GPZ BS

20 Okt DIENSTAG | 17.00 bis 18.30 Uhr
Info-Veranstaltung: Angebote des ZAR Braunschweig
Ort: ZAR Braunschweig, Hamburger Straße 49, 38114 BS

20 Okt DIENSTAG | 17.00 bis 18.30 Uhr
Austausch: Mental Health & Queer Café
Ort: Onkel Emma, Echternstraße 9, 38100 BS

20 Okt DIENSTAG | 19.00 Uhr (Einlass 18.15)
Lesung: Extrem fühlen. Mein schrecklich
schönes Leben mit Borderline.
Ort: Roter Saal, Schlossplatz 1, 38100 BS

Anmeldung: kibis@psdn.paritaetischer.de, 0531 -
4807920 <https://selbsthilfe-braunschweig.de/lesung>

„Braunschweiger Dialog“:

01.10 - Dunkelzeit - Wie erleben wir seelische Krisen?
08.10 - Aufbruch aus Krise - Was lässt uns neue Pfade betreten?
22.10 - Lichterketten - Was tun, um Wohlbefinden zu erhalten?
jeweils von 19.00 bis 20.30 Uhr
Ort: VHS BS, Alte Waage 15, 38100 BS (ganz oben)

