

TAG der seelischen Gesundheit

14. OKTOBER 2025
09.00 - 16.00 UHR

- ▶ **Workshops, Impulse,
Filmvorführungen**
- ▶ **verschiedene
Mitmachaktionen**
- ▶ **Ausstellung**
- ▶ **Kuchenbasar,
Imbiss, Getränke**

**Seelische Gesundheit ist die
Grundlage für Wohlbefinden,
Lebensfreude und innere Stärke.
Mit dem Tag der seelischen
Gesundheit möchten wir ein
Zeichen setzen für mehr
Achtsamkeit, Offenheit und
Unterstützung. Kommen Sie vorbei,
informieren Sie sich und machen Sie
mit. Wir freuen uns auf Sie!**

Kulturhaus Seelow
Erich-Weinert-Str. 13



ABLAUF

9.00 Uhr

Eröffnung im großen Saal

09.30 - 16.00 Uhr

Psychohygiene to Go, Raum 1/4,

Malen für die Seele, Raum 1/4

das Sozialpsychiatrische
Wohnprojekt Reitwein,
Siedlerweg und
das Westhaus-Wichern
Wohnstätten
stellen sich vor,
großer Saal

**Dauerhaft im
großen Saal:**

Ausstellung
"Irrsinnig menschlich",
Kurzfilme,
Imbiss und Getränke

10.00 und 12.00 Uhr

Workshop "Resilienz -
deine innere Stärke", Raum 2

14.00 Uhr

Impulsvortrag
J. Steingen,
Psych. Psychotherapeut
"Liebe, Lust
und Partnerschaft",
Raum 2

**Uhrzeit erfragen Sie
bitte vor Ort:**

Film "Erinnerung an eine
vergessene Kindheit",
mit anschließender Gesprächsrunde,
Kleiner Saal

Yoga,
gesunde "Gehirn-Cocktails"
und Co, Raum 1/4

15.00 Uhr

Theaterprojekt "SOS"
Selbstverletzung,
kleiner Saal