



Veranstaltungen zum „Welttag für seelische Gesundheit 2020“

Zu Beginn der Corona-Pandemie wurde die Lebenswelt von jedem auf die eine oder andere Weise auf den Kopf gestellt. Jeder von uns musste sich laufend auf neue Situationen einstellen (Verordnungen, Verhaltensregeln, Einschränkungen etc.), war mit Ungewissheit, Ängsten, und sozialer Isolation konfrontiert. Auch ein gutes halbes Jahr später ist unklar, wie es weitergehen wird.

Der Welttag für seelische Gesundheit 2020 im Landkreis Freudenstadt möchte noch einmal bewusst das Thema Corona aufgreifen, um positive und negative Erfahrungen zusammenzutragen, zu teilen und zu reflektieren. Vor allem soll der Rahmen der Veranstaltung dazu genutzt werden, Alltagstipps, Haltungen und Strategien vorzustellen, wie bei künftig vorkommenden Krisen ein klarer Kopf bewahrt werden kann.

Trotz der Einschränkungen soll ein Zusammenkommen in folgenden alternativen Formen ermöglicht werden – natürlich unter Berücksichtigung der aktuell geltenden Hygiene- und Abstandsregelungen. Im Subiacokino gelten zudem die dort aktuellen Vorgaben für den Kinobetrieb.

- In Kooperation mit dem Subiacokino wird im Kurhaus Freudenstadt, jeweils um 17:30 Uhr am Montag, den 12.10.2020 „Silver Linings“ und am Montag, den 19.10.2020 „A Long Way Down“ gezeigt. Im Anschluss daran besteht die Möglichkeit, sich begleitet über die Filme und darüber hinaus auszutauschen
- Am 16.10.2020 laden wir Sie zwischen 14:00 und 17:00 Uhr in den großen Sitzungssaal des Landratsamts Freudenstadt ein. Besucher durchlaufen den Themenparcours „leben, leiden, neu sortieren“. Dabei können eigene Erfahrungen und die persönliche Einstellung reflektiert werden, ebenso besteht die Möglichkeit mit anderen in Austausch zu treten. An den einzelnen Stationen werden auf verschiedene Art Denkanstöße geboten, damit sich jeder einen eigenen „Werkzeugkoffer“ zusammenstellen kann, um sich für kommende herausfordernde



Situationen zu wappnen. Timo Kandel am Piano sorgt für die musikalische Umrahmung.

Auf der Website www.welttag-freudenstadt.de werden die Ergebnisse der Veranstaltungen präsentiert. So soll auf moderne, anonyme und barrierefreie Art ein Austausch möglich sein. Zukünftig werden die jährlichen Themen und das Programm des in Freudenstadt ausgetragenen Welttags für seelische Gesundheit dort bekanntgegeben.

Den Welttag der seelischen Gesundheit gibt es seit 1992, Initiator ist die World Federation of Mental Health.

Der Landkreis Freudenstadt organisiert seit 1997 jährlich eine Veranstaltung zu aktuellen Themen, die die seelische Gesundheit betreffen. Vorbereitet wird der Welttag 2020 im Landkreis Freudenstadt durch einen Verbund verschiedener Träger und Einrichtungen des Arbeitskreises Psychiatrie im Auftrag der Informations-, Beratungs- und Beschwerdestelle (IBB-Stelle) des Landkreises Freudenstadt.