

**Liebe Bündnispartner und Freunde des Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit,  
liebe Leserin und lieber Leser,**

bevor Sie die Koffer packen und in den wohlverdienten Urlaub gehen, möchten wir Sie noch auf aktuelle Highlights aus dem Bündnis aufmerksam machen. Die Planungen für die Aktionswochen der Seelischen Gesundheit im Oktober laufen auf Hochtouren und wir freuen uns wieder über zahlreiche Mitstreiter! Wer sich im Sommer sportlich betätigen möchte, kann bei der MUT-TOUR, dem Aktionsprogramm auf (Fahr)Rädern, und dem LAUF für die seelische Gesundheit in Berlin aktiv werden.

Wir wünschen Ihnen allen eine sonnige und erholsame Ferienzeit!

*Ihr Aktionsbündnis Seelische Gesundheit*



**Aktionswoche 2018 - Melden Sie jetzt Ihre Veranstaltung an!**

Rund um den Welttag der Seelischen Gesundheit am 10. Oktober stehen psychische Erkrankungen wieder im Fokus. Anmeldungen für Veranstaltungen zur **12. Berliner Woche der Seelischen Gesundheit** vom 10. bis 20. Oktober sowie zur **bundesweiten Woche der Seelischen Gesundheit** können jetzt noch eingereicht werden! Nutzen Sie die Chance, mit Ihrer Initiative dabei zu sein. Unterstützen Sie die Aktionswoche auch über Ihre sozialen Netzwerke: Sie können unsere Web- und E-Mail-Banner hier downloaden:

<https://aktionswoche.seelischegesundheit.net/berlin/programmheft-bestellen>

**Achtung!!** Die Anmeldefrist für alle Veranstalter in Berlin endet am **25. Juli 2018**.

Das Schwerpunktthema der 12. Berliner Woche lautet „Gestresste Gesellschaft – was tun?“ und geht der Frage nach, warum immer mehr Menschen Probleme damit haben, ihren Alltag noch zu bewältigen. Welche sinnvollen Strategien gibt es, den äußeren und inneren Druck besser zu bewältigen? Und wie kann unser Zusammenleben, gerade in der Stadt, stressfreier gestaltet werden, um seelischen Belastungen vorzubeugen?

Zum Auftakt findet dazu am 10. Oktober eine öffentliche Talkrunde mit Experten statt.

Direkt zur Anmeldung für die **12. Berliner Woche der Seelischen Gesundheit** kommen Sie hier:  
<https://aktionswoche.seelischegesundheit.net/berlin/veranstaltung-anmelden>

Anmeldung für **die bundesweite Woche der Seelischen Gesundheit:**

<https://aktionswoche.seelischegesundheit.net/bundesweit/mitmachen-bundesweit>



© MUT Lauf 2017

### **DER LAUF und Festival für die Selbsthilfe in Berlin**

Am 3. August 2018 findet auf dem Tempelhofer Feld in Berlin **DER LAUF** statt - ein sportliches Event für die ganze Familie zur Entstigmatisierung von Depressionen und anderen seelischen Erkrankungen. Beim **Markt für seelische Gesundheit** und beim **Selbsthilfe-Festival** am 4. August können sich die Besucher über regionale Verbände, Kliniken und Vereine informieren. Auch das Aktionsbündnis ist mit einem Stand vor Ort.

Hier geht es zur Anmeldung: <https://der-markt.berlin/der-lauf/die-anmeldung>



© MUT-Tour

### **MUT-TOUR 2018 in über 60 Städten**

Noch bis zum 2. September sind mehr als 60 Teilnehmer mit der MUT-TOUR unterwegs und werben für einen offenen und mutigen Umgang mit depressiven Erkrankungen. Hierfür radeln Erkrankte gemeinsam mit Nichtbetroffenen insgesamt mehr als 5.100 Kilometer durch ganz Deutschland und machen in über 60 Orten Station. Interessierte können die Tour auf einzelnen oder mehreren Etappen begleiten und sind herzlich willkommen. Alle Infos unter: <https://www.mut-tour.de>



### **Aktionsbündnis Jahrestagung am 25. Oktober in Berlin**

Alle Mitglieder sind herzlich zur Jahrestagung des Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit am Donnerstag, den **25. Oktober 2018** eingeladen. Es werden wieder spannende Projekte aus dem Bündnis präsentiert. Daneben gibt es genügend Raum für Diskussion und Austausch. Ort der Veranstaltung ist wieder die **Heinrich-Böll-Stiftung in Berlin-Mitte**. Nähere Infos zum Programm folgen in Kürze auf der Webseite des Aktionsbündnisses.



© BApK

### Neuer Anti-Stigma-Spot des BApK

„Für Angehörige zählt nicht die Krankheit, sondern der Mensch.“ Mit dieser Botschaft möchte der Bundesverband für Angehörige psychisch erkrankter Menschen (BApK) e. V. in seinem neuen Antistigma-Spot die Aufklärung und das Verständnis der Öffentlichkeit für die Betroffenen und im Besonderen auch für deren Familien und Freunde fördern.

Das ganze Video gibt es bei Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=iHpVAQ0xbjM>

### Veranstaltungstipps für das dritte Quartal:

Was	Wann	Wo	Veranstalter
Der Lauf	03. August 2018	Tempelhofer Feld Berlin	Bipolaris e.V.
Selbsthilfe Festival	04. August 2018	Tempelhofer Feld Berlin	SEKIS
DGBS-Jahrestagung	06. bis 0 8. September 2018	Campus Universität Hamburg	Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen e.V. (DGBS)
DGS-Herbsttagung	14. bis 16. September 2018	Universitätsklinikum Frankfurt	Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention - Hilfe in Lebenskrisen e.V. (DGS)
Deutscher Suchtkongress	17. bis 19. September 2018	Universitätsklinikum Hamburg	DG-Sucht e.V.

**Das Aktionsbündnis Seelische Gesundheit** ist eine bundesweite Initiative, gefördert vom Bundesministerium für Gesundheit. Zu den 100 Mitgliedsorganisationen zählen die Selbsthilfeverbände der Betroffenen und Angehörigen von Menschen mit psychischen Erkrankungen sowie Verbände aus den Bereichen Psychiatrie, Gesundheitsförderung und Politik. Unser Ziel ist die Förderung der Seelischen Gesundheit in der Gesellschaft.

**Kontakt:**

Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Birgit Oehmcke

Reinhardtstr. 27 B

D-10117 Berlin

Tel. 030/240477-214

[koordination@seelischegesundheit.net](mailto:koordination@seelischegesundheit.net)

[www.seelischegesundheit.net](http://www.seelischegesundheit.net)

Hier können Sie sich zum Newsletter an- oder vom Newsletter abmelden:

[http://www.seelischegesundheit.net/index.php?option=com\\_yanc&act=subscriber&task=subscribe&cid=1&Itemid=105](http://www.seelischegesundheit.net/index.php?option=com_yanc&act=subscriber&task=subscribe&cid=1&Itemid=105)