

Sommerzeit-Seelenzeit

Die PSAG bestehend aus, Behörden, Institutionen, Vereinen und Verbänden, sowie verschiedene interessierte Personen, die an der Versorgung psychisch kranker Menschen und seelisch behinderter Menschen in der Stadt Brandenburg beteiligt sind, möchten in diesem Jahr ein Sommerfest ausrichten.

Das Sommerfest der PSAG zielt darauf ab, das Bewusstsein für die mentale Gesundheit zu schärfen, psychische Belastungen zu entstigmatisieren sowie Hilfsangebote aufzuzeigen.

Ganz im Sinne des Mottos:

„Sommerzeit – Seelenzeit“ – „Feiere Dich selbst auf dem Sommerfest der PSAG!“

stehen an dem Tag Selfcare & Rituale, Hobbys & Kreativität, Erlebnisse & Miteinander im Mittelpunkt.

Zusätzlich soll eine angenehme Atmosphäre zwischen Gemütlichkeit und Aufbruch entstehen.

Des Weiteren wird das Fest von dem Team der MUT-TOUR begleitet.

Die MUT-TOUR (MT) ist eine deutschlandweite Selbsthilfe-Initiative von depressionserfahrenen Menschen, deren Angehörigen, weiteren nahestehenden Personen, beruflich Helfenden oder einfach nur interessierten bzw. für das Thema "Psychische Erkrankung" sensibilisierten Menschen.

Während der MUT-TOUR Etappen gibt es jedes Jahr deutschlandweit sogenannte Aktionstage mit dem Ziel, Aufmerksamkeit auf das Thema Depression zu lenken.

Eine Zieletappe wird die Stadt Brandenburg an der Havel sein.



Stadt Brandenburg.
Mentale Gesundheit an der Havel

SOMMERZEIT- SEELENZEIT

Feiere dich selbst –
auf dem Sommerfest
der PSAG!

**21. August
2026
10 bis 16 Uhr
Altstädtischer
Markt**

www.stadt-brandenburg.de

PROGRAMM

WANN UND WAS?

WANN: 10.00 – 10.30 Uhr
WAS: **Eröffnungsrede:** Alexandra Adel (Beigeordnete für Jugend, Soziales, Gesundheit, Bildung und Sport)
Eröffnungsrede: Catrin Krüger (Psychiatriekoordination)
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 11.00 – 11.30 Uhr
WAS: **Mitmachaktion:** Jumping Fitness (Demokratischen Frauenbund)
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 11.30 – 12.00 Uhr
WAS: **Vortrag:** "Gelassener Umgang mit psychischen Belastungen im Alltag" von Dr. Kruttschnitt (Asklepios Klinikum)
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 12.00 – 13.00 Uhr
WAS: **Aktionen der MUT-TOUR**
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 13.00 – 13.30 Uhr
WAS: **Vortrag:** „Was macht dich lebendig?“ von Jan Ziehm (Praxis Zeiträume)
WO: Lesehof in der Fouqué-Bibliothek

WANN: 13.30 - 14.00 Uhr
WAS: **Vorführung:** Tanz-Gruppe (Lebenshilfe Werkstatt Brandenburg)
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 14.00 - 14.30 Uhr
WAS: **Vorführung:** Line Dance-Gruppe (Gemeindenahe Psychiatrie)
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 14.30 – 15.00 Uhr
WAS: **Mitmacherfahrung:** „Spür mal kurz: Feiere dich selbst mit einem Moment nur für dich“ mit Sandra Fritsche-Bühnemann (Gesundheitspädagogin)
WO: 2. OG in der Fouqué-Bibliothek

WANN: 15.00 – 15:30 Uhr
WAS: **Vortrag:** „Mit mir in Beziehung – der Schlüssel zu mentaler Stabilität“ von Anne Schälling (Praxis Zeiträume)
WO: Lesehof in der Fouqué-Bibliothek

WANN: 15.30 – 16.00 Uhr
WAS: **Quizauslosung** (Gemeindenahen Psychiatrie)

WANN: 11.00 – 15.00 Uhr (jeweils zur vollen Stunde)
WAS: **Murmelbahn:** vergnügliche Geschichten über das, was uns der Kurve wirft und wie wir wieder ins Rollen kommen. Frei fabuliert von Karin Warnken (Fouqué-Bibliothek)
WO: Lesehof in der Fouqué-Bibliothek

WANN: 10.30 – 16.00 Uhr
WAS: **Angebot 1:** Basteln eines Mut- und Sorgenzopfes oder einem Sorgen-Wuschel
Angebot 2: Achtsamkeitstaler aus Ton (Demokratischen Frauenbund)
WO: Mädchentreff in der Fouqué-Bibliothek

16.00 Uhr: Ende des Sommerfestes

ANGEBOTE UND AKTIONEN DER MITWIRKENDEN

AH e.V: Infostand mit Rauschbrillenparcours

Asklepios Fachklinikum Brandenburg: Infostand, Seifenblasenstand, Grillstation

Gemeindenahe Psychiatrie: Infostand mit Mitmachaktionen, Foto-Box, Verkauf von Kaffee und Kuchen

Lebenshilfe Werkstatt Brandenburg: Infostand mit Ausprobieren von Tätigkeiten der Lebenshilfe-Werkstatt; Getränkeverkauf

Fliedners Lafim Diakonie gemeinnützige GmbH: Infostand mit selbsthergestellten Produkten

Betreuungsverein Diakonisches Werk: Infostand mit Rätseln und weiteren Angeboten

Hoffnungstaler Stiftung Lobetal: Infostand

Jobcenter Brandenburg an der Havel: Infostand zum Thema „Erwerbslosigkeit und Gesundheit: Welche Angebote können helfen?“, Tombola

BAS Brandenburg an der Havel: Infostand und Herstellung von Buttons

Sandra Fritsche-Bühnemann: Infostand mit Mitmachaktion "Heute schon gefeiert? „Was hast Du heute für Dich getan?"

Praxis Zeiträume: Infostand und „Stärken“-Glücksrad

Kleiderursel: Bastelstand und Kinderschminken

Erlebnis Altstädtischer Markt Brandenburg e.V.: Spieltische mit Silhouetten von Gebäuden der Altstadt

Fouqué-Bibliothek: Lesestation mit Literatur zur mentalen Gesundheit (im Café der Fouqué-Bibliothek)