

Die 15. Bremer Woche der seelischen Gesundheit findet in diesem Jahr vom 05.–11. Oktober an verschiedensten Orten in Bremen und Bremerhaven statt. Unter dem Motto Kunst und Gesundheit finden insgesamt fast 30 Veranstaltungen aus dem Bremer Kultur- und Gesundheitsbereich statt.

Ganz nach dem Leitsatz vom letzten Jahr „gemeinsam und solidarisch“, organisieren wir die diesjährige Woche der seelischen Gesundheit in Kooperation mit dem „Kompetenzzentrum Kunst auf Rezept – Netzwerk Kultur und Gesundheit“.

Die Woche der seelischen Gesundheit wird getragen von der Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz, dem Senator für Kultur und der Bremer Volkshochschule.

Hier kann das Programm als pdf-Datei heruntergeladen werden:



Denke, was schön ist, und fühle, was schön ist. — PAULA MODERSOHN-BECKER

Ein Haus voll Kultur für die Seele

Im Hemelinger Rathaus präsentieren sich dieses Jahr die Kultur-Angebote der ASB Seelische Gesundheit gGmbH.

Am Dienstag, 06. Oktober finden im alten Hemelinger Rathaus vielfältige kreative Angebote statt: zum Zuhören und Mitmachen!

Komm vorbei und mach mit uns Kunst!

Für Fragen meldet euch gerne bei

Ester Cormann

Mobil: 0152 56799538

E-Mail: ester.cormann@asb-bremen.de

Kunst und Gesundheit

**Zur 15. Woche
der Seelischen Gesundheit**

**Kunst-, Theater-, Schreib- und
Tanzworkshops, Kunstaustellung,
Lesungen und Infostände**

Wann?
Am 06.10.2026
ab 10:00 Uhr

Wo?
Hemelinger Rathaus
Rathausplatz 1
28309 Bremen

Zufallstechniken

KunstWorkshop

10:30 – 12:00 Uhr

Aus Farbflecken, Zeitungsausschnitten und anderen Zufallsmaterialien gestalten wir "Fantastiere" und andere Wesen. Material wird gestellt.

Referentin: Ester Cormann (Kunsttherapeutin)
Mitarbeiterin der Tagesstätte Villa Wisch

max. 6 Teilnehmende
1.OG, Raum 13

Anmeldung: ester.cormann@asb-bremen.de

Linolschnitt und -druck

KunstWorkshop

13:00 – 14:30 Uhr

Wir schnitzen mit Werkzeug ein Motiv in A5 Größe und drucken dieses anschließend. Bei der Motivwahl sowie Durchführung wird unterstützt. Material wird gestellt.

Referentin: Nadine Abdul Karim
(Kunsttherapeutin) Mitarbeiterin der Tagesstätte Villa Wisch

max. 6 Teilnehmende
1.OG, Raum 13

Anmeldung: nadine.abdulkarim@asb-bremen.de

Kreativ durch Entspannung

KreativWorkshop

15:00 – 16:30 Uhr

Ziel ist es, zu erfahren wie gezielte Entspannungsübungen und Kreativsein sich gegenseitig positiv beeinflussen.
Material wird gestellt.

Referentin: Nina Hoffmann (Ergotherapeutin)
Mitarbeiterin der Tagesstätte Villa Wisch

max. 8 Teilnehmende
1.OG, Raum 13

Anmeldung: nina.hoffmann@asb-bremen.de

Tanz und Theater für Alle

Tanz/TheaterWorkshop

10:00 – 12:00 Uhr 18:30 – 20:30 Uhr

Spielerisch führen uns Worte und Bewegung in den Ausdruck. Im Fokus steht dabei die Freude am gemeinsamen Ausprobieren. Für alle mit oder ohne Vorerfahrung.

Referent*innen:
Jennifer Schecker (Performerin/Choreografin/
Tanzvermittlerin)
Simone Zinke (Schauspielerin/Regisseurin/
Theaterpädagogin)

max. 20 Teilnehmende
1. OG, Ratssaal

Anmeldung: ester.cormann@asb-bremen.de

ZWIELICHT Lesungen

Lesungen

13:30 – 13:45 Uhr 14:00 – 14:15 Uhr
16:00 – 16:15 Uhr

Das ZWIELICHT veröffentlicht Texte von Menschen, die vielfältig über die Sozialpsychiatrie schreiben und ihre Lebensrealitäten teilen.

Referent*innen: Die ZWIELICHT Redaktion
EG, Schreib- und Kulturwerkstatt

ZWIELICHT Kreatives Schreiben

SchreibWorkshop

12:00 – 13:00 Uhr & 14:30 – 15:30 Uhr

Jeder Mensch kann schreiben und Geschichten erzählen. In dem Workshop kann sich ganz unbefangen mit etwas Anleitung ausprobiert werden.

Referent*innen: Die ZWIELICHT Redaktion
EG, Schreib- und Kulturwerkstatt

max. 8 Teilnehmende
Anmeldung: redaktion@zwielight-bremen.de

PsychNAVi Infostand

Infostand

11:00 - 15:00

Hier gibt es Infos über das PsychNAVi, ein Online-Wegweiser für Angebote in BRE/BHV.

Referent: Benjamin Runge
EG, Schreib- und Kulturwerkstatt