

**Dienstag, 15.10.**

### Shared Reading

Die Idee des aus England stammenden Shared Reading basiert auf der einfachen und kraftvollen Idee, Worte auf sich wirken zu lassen. Wie es funktioniert: Menschen kommen in einem geschützten Raum für etwa 90 Minuten zusammen, um gemeinsam Weltliteratur – eine Geschichte und ein Gedicht – laut zu lesen. Dabei machen sie Pausen, um nachzudenken und über das Gelesene und seine Wirkung zu sprechen. Es ist kein Vorwissen nötig, alle können mitmachen.

**Uhrzeit:** 15:00 - 17:00 Uhr

**Ort:** Kulturparkett Rhein-Neckar e. V.  
S 3, 12 · 68161 Mannheim

**Donnerstag, 17.10.**

### Forum Seelische Gesundheit: Suchterkrankung am Arbeitsplatz

Annette Leis, Mitglied des Betriebsrats der Firma Roche Diagnostics GmbH, sowie ein ehemals betroffener Arbeitnehmer erörtern in ihren Vorträgen die Herausforderungen von Sucht und psychischen Erkrankungen am Arbeitsplatz. Möglichkeiten der betrieblichen Unterstützung werden dargelegt. Der Gesundheitstreffpunkt Mannheim sowie Selbsthilfegruppen sind ebenfalls vor Ort.

**Uhrzeit:** 14:30 - 16:00 Uhr

**Ort:** Raum der Vielfalt  
Alphornstraße 2a  
68169 Mannheim

**Donnerstag, 17.10.**

### Discoabend

Der SKF lädt wieder zur beliebten Tanzveranstaltung im Raphaelsaal ein. Die besten Hits der letzten 30 Jahre werden aufgelegt. Vergiss die Sorgen des Alltags und tanz deine Seele frei. Alle sind willkommen, ob groß oder klein, jung oder alt. Und das Beste: Der Eintritt ist frei! Getränke und Snacks: Jeder zahlt so viel er mag.

**Uhrzeit:** ab 17:00 Uhr

**Ort:** Sozialdienst Katholischer Frauen  
B 5, 20 · 68159 Mannheim

**Freitag, 18.10.**

### Das Beste kommt zum Schluss – MIPE Fest

Die Mannheimer Initiative Psychiatrie Erfahrener beendet die 26. Mannheimer Woche der Seelischen Gesundheit mit einem Fest.

**Uhrzeit:** 16:00 - 18:00 Uhr

**Ort:** Sozialpsychiatrische Tagesstätte  
J 3, 8 · 68159 Mannheim

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

### Koordination und Redaktion

Jasmin Potthoff

Leiterin Sozialpsychiatrischer Dienst (SpDi)  
Mannheim



## PROGRAMM

**26. Mannheimer  
Woche der Seelischen Gesundheit  
10.-18. Oktober 2024**



**HAND IN HAND**  
für seelische Gesundheit  
am Arbeitsplatz

# Hand in Hand

## für seelische Gesundheit am Arbeitsplatz

Betriebe und Beschäftigte sollen stärker für psychische Belastungen sensibilisiert und wichtige Fragen sollen in den Fokus gerückt werden:

- Wie schaffen wir es, im Arbeitsalltag trotz Dauerstress und Personalmangel gesund zu bleiben?
- Wie können Betroffene besser integriert werden?
- Und wie können wir der Stigmatisierung offen entgegenwirken?

## Donnerstag, 10.10.

### Fachtag

#### Hand in Hand für seelische Gesundheit am Arbeitsplatz

Für den Fachtag gibt es einen gesonderten Flyer.

**Uhrzeit:** 9:00 - 12:00 Uhr

**Ort:** Ratssaal der Stadt Mannheim  
Stadthaus N 1  
68161 Mannheim  
Hybridveranstaltung

## Donnerstag, 10.10.

### Markt der Möglichkeiten zum Thema Arbeiten mit psychischer Beeinträchtigung

Verschiedene Mannheimer Träger und Institutionen stellen sich mit ihren Angeboten vor und stehen für Fragen zur Verfügung.

**Uhrzeit:** 12:30 - 15:00 Uhr

**Ort:** Haus der Katholischen Kirche  
F 2, 6 · 68159 Mannheim

## Freitag, 11.10.

### Tag der offenen Tür

Die Rehabilitationseinrichtung Elisabeth-Lutz-Haus stellt ihre Räume vor und gibt Einblick in die medizinische und berufliche Reha-Maßnahme.

Apl. Prof. Dr. Barbara Vollmayr und Dr. Jens Bullenkamp bieten einen Fachvortrag zu „Rehabilitation psychisch Kranker heute – und wie alles begann“.

Die Rehabilitand\*innen der Einrichtung stehen für ein Podiumsgespräch zur Verfügung und eröffnen die Vernissage ihres Kunstprojekts.

**Uhrzeit:** 11:00 - 16:00 Uhr

**Ort:** Elisabeth-Lutz-Haus  
Rehabilitationseinrichtung für  
psychisch erkrankte Menschen  
Schanzenstraße 13  
68159 Mannheim

## Montag, 14.10.

### Ambulante Psychiatrische Pflege Caritasverband Mannheim

Ein Vortrag zu den Angeboten und Möglichkeiten der Ambulanten Psychiatrischen Pflege des Caritasverbandes.

**Uhrzeit:** 15:00 - 16:00 Uhr

**Ort:** Kleiner Hörsaal am Zentralinstitut  
für Seelische Gesundheit  
J 5 · 68159 Mannheim

## Dienstag, 15.10.

### Grübeln?! Stopp!!! – Vom Umgang mit dem „Kopfkino“

#### Neigen Sie zum Grübeln? Rauben Ihnen Ihre Gedanken den Schlaf?

Sie erfahren in Theorie und Praxis, wie Sie tagsüber Regisseur\*in Ihres Kopfkinos werden und nachts abschalten können. Wie Sie die Kraft der Gedanken positiv für Ihre Gesundheit und Ihre Ziele nutzen können, sodass Sie in Zukunft besser mit beruflichen Herausforderungen und Belastungen umgehen können. Die aktiven Entspannungs-, Meditations- und Bewegungsübungen lassen sich auch mit wenig Zeit durchführen.

#### Juliane Klein

Geprüfte Präventologin / Burnout-Beraterin,  
Fachkraft für Betriebliches Gesundheits-  
management (IHK), Trainerin für Gesundheits-  
und Lebenskompetenz

**Uhrzeit:** 15:00 - 17:30 Uhr

**Ort:** Mannheimer Abendakademie  
Saal im Erdgeschoss  
U 1, 16-19 · 68161 Mannheim