

WOCHE DER SEELISCHEN GESUNDHEIT

WIR SIND
„DIE STARKEN (UN-)SICHTBAREN“



Als Selbsthilfegruppe möchten wir informieren, ins Gespräch kommen und Mut machen. Freue Dich auf Vorträge, persönliche Einblicke, Austausch, kreative Aktionen und praktische Impulse für den Alltag.

Wir laden herzlich zu einer offenen Woche rund um das Thema seelische Gesundheit ein.

🕒 **12.10 – 17.10**



**HANNOVER
KRONSBURG-SÜD**

**WECHSELNDE ORTE
IN KRONSBURG-SÜD**

Kontakt



ALLE ANGEBOTE SIND KOSTENFREI! SAVE THE DATE – WIR FREUEN UNS AUF DICH!



Gefördert durch die



Woche der seelischen Gesundheit

PROGRAMM

12.-17. OKTOBER



MONTAG	14:00-15:30	Workshop „Seelische Gesundheit“	win.ev
DIENSTAG	14:00-17:00	Experten erzählen	WohnC.
	17:00-19:00	Spielerstunde	WohnC.
	16:30-18:00	Mentl. Tipps für Kids	win.ev
MITTWOCH	11:00-14:00	Workshop „Erfolgreich Bewegen“	WohnC.
	17:00-20:00	Filmabend	win.ev
DONNERSTAG	12:00-15:00	Trommeln	win.ev

WohnC. = Wohncafé (WOHNEN PLUS)
= Kattenbrookstrift 105

win.ev = Ellerie 13

Hannover 30539

★ = Nur mit Anmeldung unter
diestarkenunsichtbaren@web.de

Woche der seelischen Gesundheit

PROGRAMM

12.-17. OKTOBER



DONNERSTAG 17:00-19:00 Quatschcafé WohnC.

FREITAG 15:00-17:30 Brot Backen ★ WohnC.

18:00-20:30 Werwolf ★ WohnC.

SAMSTAG 11:00-15:00 Abschluss
Veranstaltung ★ WohnC.

Zu Gast sind bei uns die Depri-Helden aus der Wedemark



Für alle Informationen
scannt den QR Code und
folge unseren WhatsApp-
Kanal. Vor Ort findet du
Infos und Material zum
Thema mentale Gesundheit
und der DDL

Wir bedanken uns bei unserem Förderer der AOK

Mentale Gesundheit
liegt uns am
Herzen, denn wir
wissen, dass
gehört, verstanden
und nicht bewertet
zu werden uns gut
tut

Wir wollen
physische Erkrankungen
sichtbar machen, Vorurteile
abbauen, Austausch &
Begegnungen ermöglichen,
Zuversicht & Stärke für den
Alltag geben sowie
Selbstständigkeit und
Selbstbestimmung
fördern

Für uns ist
mentale
Gesundheit mehr
als nur ein Thema,
denn sie ist ein Teil
unserer eigenen
Geschichte



deutsche
depressionsliga
Wir sind
Mitglieder
der DDL

Als Erfahrungs-
Experte/innen
möchten wir Mut
machen, über seine
eigene seelische
Gesundheit zu
reden

Mentale
Gesundheit
beginnt im
Alltag. Achte gut
auf dich!