

## Pressemitteilung

### Seelische Gesundheit leben: Im Oktober findet die 7. KölnBonner Woche für Seelische Gesundheit statt, die alle Bürger:innen zur Teilnahme einlädt.

Köln, 17. August 2023. **Alle zwei Jahre findet in der Region Köln/Bonn rund um den *World Mental Health Day* (10. Oktober) die KölnBonner Woche für Seelische Gesundheit statt. Ihre Organisatoren möchten es mit der Aktionswoche allen interessierten Menschen ermöglichen, die eigene seelische Gesundheit in den Blick zu nehmen und sie wollen dazu beitragen, dass Vorurteile gegenüber psychischen Erkrankungen abgebaut werden. Hierfür öffnen zahlreiche Einzelveranstalter:innen vom 10. bis 20. Oktober 2023 ihre Türen für alle interessierten Bürger:innen und bieten ein vielfältiges Programm für Jung und Alt: Das Angebot reicht von Vorträgen, Workshops und Tagen der offenen Tür über Ausstellungen und Theaterstücke bis hin zu Filmen und Lesungen – alles zum Thema „seelische Gesundheit“, teilweise auch online und überwiegend kostenlos.**

Psychische Erkrankungen gehören zu den häufigsten medizinischen Diagnosen und können jedem im Alltag begegnen – ob als Angehörige:r oder als selbst Betroffene:r. Das bewusst niedrigschwellige Format der Veranstaltungswoche ermöglicht es Betroffenen, sich unkompliziert über Hilfs- und Versorgungsangebote zu informieren und kann somit den Einstieg in die Thematik erleichtern. Die Veranstaltungen sollen außerdem darauf aufmerksam machen, dass es wichtig ist, auf die eigene seelische Gesundheit zu achten, und geben Anreize, um diese zu fördern und zu erhalten.

Bei einigen der Veranstaltungen wird darum gebeten, sich vorab anzumelden, bei vielen können Interessierte aber auch unangemeldet vorbeischaun und zuhören, mitmachen, ausprobieren und sich austauschen. Noch bis zum 12. September können außerdem Veranstaltungen eingereicht werden – die Organisatoren freuen sich immer über neue Veranstalter:innen.

#### **Auftaktveranstaltung am 10. Oktober 2023 im „Raum für Nachhaltigkeit“ im Rheinauhafen**

Der Landtagsabgeordnete Arndt Klocke freut sich, in diesem Jahr als ihr Schirmherr Teil der Initiative zu sein, und sagt: „Mein Eindruck ist, dass die gesellschaftliche Enttabuisierung von psychischen Erkrankungen in den letzten Jahren erfreuliche Fortschritte gemacht hat. Allerdings sind in den Feldern Prävention und nötige Behandlungsressourcen weiterhin große Nachholbedarfe gegeben, die sich mit den gestiegenen Fallzahlen als Nachwehen der Pandemie – insbesondere die Zahlen im Kinder- und Jugendbereich sind hochgradig alarmierend - noch vergrößert haben.“ Als Mensch mit Depressionserfahrung leistet er vielseitige Aufklärungsarbeit zu diesem Thema, u.a. im Landtag als Sprecher für mentale Gesundheit. Neben dem Psychotherapeuten Herrn Dr. Dr. Daniel Wagner und der Resilienz-Expertin Frau Nicole Dargent wird Herr Klocke bei der Auftaktveranstaltung der Aktionswoche zum Thema „Seelisch gesund in schwierigen Zeiten“ sprechen. Diese findet am 10. Oktober ab 18:00 Uhr im Raum für Nachhaltigkeit im Rheinauhafen statt und ist ohne Voranmeldung geöffnet für alle Interessierten.

Weitere Informationen zur Aktionswoche sowie den Online-Veranstaltungskalender finden Sie unter [www.seelische-gesundheit-koeln-bonn.de](http://www.seelische-gesundheit-koeln-bonn.de).

---

**Kontakt:** Nathalie Waidele (Stiftung Aktion gemeindenahe Psychiatrie Köln)  
Tel.: 01520-9093519, E-Mail: [waidele@agp-koeln.de](mailto:waidele@agp-koeln.de)

---

Die KölnBonner Woche für seelische Gesundheit ist ein gemeinnütziges und soziales Projekt, das von der Kämpgen-Stiftung unterstützt wird.

**Hauptorganisator:** Stiftung Aktion gemeindenahe Psychiatrie Köln, Alteburger Straße 8-12, 50678 Köln

**Weitere Organisatoren:** Eckhard Busch Stiftung, Gesundheitsregion KölnBonn e.V., Klinik Alteburger Straße gGmbH

---