



Abend zur mentalen Gesundheit

„Krise hoch 3 – Was Corona, Krieg und Klimawandel mit unserer mentalen Gesundheit machen“

Es ist so Einiges, was die Psyche aktuell aushalten muss - und da die wenigsten von uns früh im Leben etwas über mentale Gesundheit lernen ist das Ergebnis oft Erstarrung, Betäubung, Isolation, Konflikte, Selbstmedikation. Oben drauf kommen Stigmatisierung, Unsicherheit, Hilflosigkeit und Unwissenheit rund um psychische Probleme. Genau das wollen und werden wir an diesem Abend ändern.

Lesung und Gespräch mit Erfahrungsexpertin Dominique de Marné

Wann Donnerstag, 21. September 2023, 19 Uhr
Wo Kino Universum
Große Straße 38
49565 Bramsche

Eintritt frei

Das erwartet Sie

Die Erfahrungsexpertin Dominique de Marné erzählt, wie Ihr die eigene Krisenerfahrung (Borderline, Depression, Sucht, Selbstverletzung, Suizidalität) auch aktuell hilft, mental gesund zu bleiben. An diesem Abend warten auf sie Tipps und Impulse für Ihren Alltag und es wird viel Raum für Fragen und Austausch geben.

Die Veranstaltung wird gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend im Rahmen des Bundesprogramms Demokratie leben!

Heilpädagogische
Hilfe Bersenbrück

Kontakt- und
Begegnungscafé
Am Markt 2
49595 Bramsche
Telefon 0160 93231419
t.jaeger@hph-bsb.de

www.hph-bsb.de

Gefördert vom



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie *leben!*



**FILMTHEATER
UNIVERSUM** e.V.

