

Sommerzeit-Seelenzeit

Die PSAG bestehend aus, Behörden, Institutionen, Vereinen und Verbänden, sowie verschiedene interessierte Personen, die an der Versorgung psychisch kranker Menschen und seelisch behinderter Menschen in der Stadt Brandenburg beteiligt sind, möchten in diesem Jahr ein Sommerfest ausrichten.

Das Sommerfest der PSAG zielt darauf ab, das Bewusstsein für die mentale Gesundheit zu schärfen, psychische Belastungen zu entstigmatisieren sowie Hilfsangebote aufzuzeigen.

Ganz im Sinne des Mottos:

„Sommerzeit – Seelenzeit“ – „Feiere Dich selbst auf dem Sommerfest der PSAG!“

stehen an dem Tag Selfcare & Rituale, Hobbys & Kreativität, Erlebnisse & Miteinander im Mittelpunkt.

Zusätzlich soll eine angenehme Atmosphäre zwischen Gemütlichkeit und Aufbruch entstehen.

Des Weiteren wird das Fest von dem Team der MUT-TOUR begleitet.

Die MUT-TOUR (MT) ist eine deutschlandweite Selbsthilfe-Initiative von depressionserfahrenen Menschen, deren Angehörigen, weiteren nahestehenden Personen, beruflich Helfenden oder einfach nur interessierten bzw. für das Thema "Psychische Erkrankung" sensibilisierten Menschen.

Während der MUT-TOUR Etappen gibt es jedes Jahr deutschlandweit sogenannte Aktionstage mit dem Ziel, Aufmerksamkeit auf das Thema Depression zu lenken.

Eine Zieletappe wird die Stadt Brandenburg an der Havel sein.



Stadt Brandenburg.
Mentale Gesundheit an der Havel

SOMMERZEIT- SEELENZEIT

Feiere dich selbst –
auf dem Sommerfest
der PSAG!

**21. August
2026
10 bis 16 Uhr
Altstädtischer
Markt**

www.stadt-brandenburg.de

PROGRAMM

WANN UND WAS?

WANN: 10.00 – 10.30 Uhr
WAS: **Eröffnungsrede:** Alexandra Adel
(Beigeordnete für Jugend, Soziales,
Gesundheit, Bildung und Sport)
Eröffnungsrede: Catrin Krüger
(Psychiatriekoordination)
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 11.00 – 11.30 Uhr
WAS: **Mitmachaktion:** Jumping Fitness
(Demokratischen Frauenbund)
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 11.30 – 12.00 Uhr
WAS: **Vortrag:** "Gelassener Umgang mit
psychischen Belastungen im Alltag"
von Dr. Kruttschnitt (Asklepios
Klinikum)
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 12.00 – 13.00 Uhr
WAS: **Aktionen der MUT-TOUR**
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 13.00 – 13.30 Uhr
WAS: **Vortrag:** „Was macht dich lebendig?“
von Jan Ziehm (Praxis Zeiträume)
WO: Lesehof in der Fouqué-Bibliothek

WANN: 13.30 - 14.00 Uhr
WAS: **Vorführung:** Tanz-Gruppe
(Lebenshilfe)
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 14.00 - 14.30 Uhr
WAS: **Vorführung:** Line Dance-Gruppe
(Gemeindenae Psychiatrie)
WO: Altstädtischer Markt

WANN: 14.30 – 15.00 Uhr
WAS: **Mitmacherfahrung:** „Spür mal kurz:
Feiere dich selbst mit einem Moment
nur für dich“ mit Sandra Fritsche-
Bühnemann (Gesundheitspädagogin)
WO: 2. OG in der Fouqué-Bibliothek

WANN: 15.00 – 15:30 Uhr
WAS: **Vortrag:** „Mit mir in Beziehung – der
Schlüssel zu mentaler Stabilität“ von
Anne Schälling (Praxis Zeiträume)
WO: Lesehof in der Fouqué-Bibliothek

WANN: 15.30 – 16.00 Uhr
WAS: **Quizauslosung** (Gemeindenahen
Psychiatrie)

WANN: 11.00 – 15.00 Uhr (jeweils zur vollen
Stunde)
WAS: **Murmelbahn:** vergnügliche
Geschichten über das, was uns der
Kurve wirft und wie wir wieder ins
Rollen kommen. Frei fabuliert von
Karin Warnken (Fouqué-Bibliothek)
WO: Lesehof in der Fouqué-Bibliothek

WANN: 10.30 – 16.00 Uhr
WAS: **Angebot 1:** Basteln eines Mut- und
Sorgenzopfes oder einem Sorgen-
Wuschel
Angebot 2: Achtsamkeitstaler aus
Ton
(Demokratischen Frauenbund)
WO: Mädchentreff in der Fouqué-
Bibliothek

16.00 Uhr: Ende des Sommerfestes

ANGEBOTE UND AKTIONEN DER MITWIRKENDEN

AH e.V: Infostand mit Rauschbrillenparcours

Asklepios Fachklinikum Brandenburg: Infostand,
Seifenblasenstand, Grillstation

Gemeindenae Psychiatrie: Infostand mit
Mitmachaktionen, Foto-Box, Verkauf von Kaffee
und Kuchen

Lebenshilfe Berlin-Brandenburg e.V.: Infostand mit
Ausprobieren von Tätigkeiten der Lebenshilfe-
Werkstatt; Getränkeverkauf

Fliedners Lafim Diakonie gemeinnützige GmbH:
Infostand mit selbsthergestellten Produkten

Betreuungsverein Diakonisches Werk:
Infostand mit Rätseln und weiteren Angeboten

Hoffnungstaler Stiftung Lobetal: Infostand

Jobcenter Brandenburg an der Havel: Infostand zum
Thema „Erwerbslosigkeit und Gesundheit:
Welche Angebote können helfen?“, Tombola

BAS Brandenburg an der Havel: Infostand und
Herstellung von Buttons

Sandra Fritsche-Bühnemann: Infostand mit
Mitmachaktion "Heute schon gefeiert?
„Was hast Du heute für Dich getan?"

Praxis Zeiträume: Infostand und „Stärken“-
Glücksrad

Kleiderursel: Bastelstand und Kinderschminken

Erlebnis Altstädtischer Markt Brandenburg e.V.:
Spieltische mit Silhouetten von Gebäuden der
Altstadt

Fouqué-Bibliothek: Lesestation mit Literatur zur
mentalenen Gesundheit
(im Café der Fouqué-Bibliothek)