

SeelenZeit unterwegs

Ihre Zeit. Ihre Gesundheit. Ihre Seelenzeit.

07.10.2025 – 09.10.2025

Im Rahmen der diesjährigen Woche der Seelischen Gesundheit (07.–09. Oktober 2025) starten wir ein **modellhaftes neues Format**, das älteren Menschen in ländlichen Regionen gezielt niedrigschwellige Angebote zu seelischer Gesundheit, Prävention und Beratung zugänglich machen soll.

Unser Ziel:

Menschen im höheren Lebensalter, die sonst schwer erreichbar sind, in ihrer Lebenswelt abzuholen und für wichtige Themen wie **Einsamkeit, seelische Gesundheit im Alter, Pflege, Medikamentensucht oder Alltagsbewältigung** zu sensibilisieren – mit einem offenen, freundlichen Veranstaltungsformat in vertrauter Umgebung. Gleichzeitig wollen wir **Gesundheitschecks** (Blutdruckmessung, Pulsmessung, Seh- und Hörtest) anbieten.

Dafür suchen wir unterstützende Akteure!

Wer kann sich beteiligen?

Organisationen, Initiativen, Einrichtungen, Fachpersonen oder engagierte Akteure aus den Bereichen:

- Pflegestützpunkt – Pflegeberatung, Angehörigenberatung
- Kultur, Bewegung, Begegnung – mit niedrigschwelligen Angeboten zur Aktivierung und Teilhabe
- Suchtberatungsstellen
- Ehrenamt & Selbsthilfegruppen
- Lokale Apotheken

Termine & Orte:

Aktuell laufen die Abstimmungen darüber, an welchen Tagen wir in welcher Gemeinde sein werden. Vorgesehen sind folgende Orte:

- **Bollewick**
- **Galenbeck/Kotelow**
- **Faulenrost/Rittermannshagen**

Wie kann man sich einbringen?

Ob mit einem Infostand, einem Kurzvortrag, einem Gesundheitsangebot, einer Beratungsecke oder einer kleinen kreativen Mitmachaktion – wir freuen uns über jede Form der Beteiligung!

Wenn Sie Teil dieser wichtigen Aktion sein möchten oder Fragen haben, melden Sie sich gern bis zum **5. September 2025**.