



08.10. bis
13.10. 2018

WOCHE DER SEELISCHEN GESUNDHEIT BIELEFELD

41 Veranstaltungen zur 7. Woche der Seelischen Gesundheit in Bielefeld

01	Samstag 29.09.18 bis Freitag, 26.10.18	Dem Leben Farbe geben - Heilsame Bilder gestalten Die Ausstellung zeigt Arbeiten, die im offenen kunsttherapeutisch begleiteten Malangebot entstanden sind. Die Teilnehmer/innen malen zu inneren Bildern und drücken eigene Gefühle insbesondere zum Thema Dankbarkeit aus. Meditative Texte haben den Bilder- und Farbenfluss angeregt.	VHS Bielefeld , Ravensberger Park 1 Bielefeld Flur 1. OG	Elisabeth S. Jaene Bildende Künstlerin esjaene@gmx.de (mit VHS)
02	Montag 08.10.18 13:40 Uhr	Verrückt nach Arbeit, Rückkehr ins (Arbeits-) Leben mit psychischer Erkrankung Vortrag Prof. Dr. med. Driessen: Burnout ist keine Krankheit – anders als die Depression Raum der Depression: Erfahrungsort zum Be -greifen "Ver-rückt nach Arbeit – Wege der Inklusion" Erfahrungsaustausch aus der Praxis mit Betroffenen und Unternehmen.	BTZ Bielefeld , Stadtheider Straße 14a 33609 Bielefeld (Nähe Fitness-Studio)	Manuela Vicky Sieker Tel. 0521-945661-00, manuela.sieker@btz.de renate.budde@faw.de
03	Montag 08.10.18 14.30 Uhr - 17.30 Uhr	Psychodrama – neue Perspektiven erleben, Handlungsalternativen erproben. Ein Schnupperangebot, um die Methode kennenzulernen. Die Methode eignet sich gut dazu, andere Perspektiven einzunehmen und erste kleine Veränderungsschritte auszuprobieren. Die Teilnahme am 2. Termin 10.10.2018, 14:30-17:30 Uhr ist erwünscht. Tel. 0173 - 521 52 31	Johanniter Geschäftsst; Artur-Ladebeck-Str. 85 33617 Bielefeld Seminarraum (EG)	Inge Thömmes inge.thoemmes@web.de Bernd Pönnighaus bernd.poenighaus@ johanniter.de
04	Montag, 08.10.18 17.00 Uhr	Warum tun uns Hunde gut? Ein Erfahrungsbericht über tiergestützte Aktivitäten in Einrichtungen des Gesundheitswesens. Was bewirkt der Helfer auf vier Pfoten bei dem Besucher? Sie erfahren Wissenswertes über tiergestützte Aktivitäten im Seniorenheim, Krankenhaus, Hospiz, Kindergärten und Schulen... (von Catharina Schütte und Therapie- und Besuchshündin Leni.)	Begegnungszentrum Prießallee 34 33604 Bielefeld	Catharina Schütte 0176 - 21 67 22 63 cathschuette@gmx.de
05	Montag 08.10.18 18.00 Uhr - 20.30 Uhr Eröffnungsveranstaltung zur 7. Woche der seelischen Gesundheit in Bielefeld	WEGE AUS DER ANGST Eröffnung: Sozialdezernent Ingo Nürnberger Künstlerische Darbietungen: Schülerinnen u. Schüler der Musik- u. Kunstschule, <i>Leitung Frau Schlenker: Streicher, Frau Balke: Schauspiel.</i> Zwei anschauliche Vorträge aus der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bethel: Angststörung: Was ist das? Dr. Michaela Berg, <i>Leitende Ärztin Abteil. Allgem. Psychiatrie II,</i> Angststörung: Wie wird sie behandelt? Dr. Stefanie Gerhards, <i>Oberärztin, Station 9 (Angst- u. Zwangsstörungen, Psychosomatische Erkrankungen) Allgem. Psychiatrie II.</i> Vorstellung der Arbeit von Selbsthilfegruppen von Menschen mit Angststörung, Podiumsdiskussion mit Betroffenen, Angehörigen und Professionellen <i>Andreas H. Abel, niedergel. psycholog. Psychotherapeut, Dr. Michaela Berg und Dr. Stefanie Gerhards</i>	VHS Bielefeld Ravensberger Park 1 33607 Bielefeld (Ravensberger Spinnerei) 3. OG Historischer Saal	Wolfgang Voelzke Stadt Bielefeld wolfgang.voelzke@ bielefeld.de Tel. 0521 - 51 25 95 in Kooperation mit: VHS; Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bethel; SelbsthilfeKontaktstelle Bielefeld, Der Paritätische NRW; Musik- und Kunstschule Bielefeld
06	Montag 08.10.18 19.00 Uhr	Autorenlesung Lucy Fricke: Töchter. Zwei Frauen brechen auf zu einer Reise in die Schweiz, mit einem todkranken Vater auf der Rückbank. Eine letzte, finale Fahrt soll es werden, doch nichts endet, wie man es sich vorgestellt hat, schon gar nicht das Leben. Ein frecher Blick auf „Gesunde“ und „seelisch Kranke“, wie er selten in der Literatur zu finden ist. Eintritt: 8,- € / 6,- €	Stadtbibliothek am Neumarkt Literaturbühne Erdgeschoss	Klaus-G. Loest Tel. 0521-51-2467 klaus.loest@bielefeld.de
07	Dienstag 09.10.18 9.30 Uhr - 12.30 Uhr	Die Freizeitpaten – Ein inklusives Gruppenangebot. Unterhaltung, Spiel und Spaß für Menschen ab 60 Jahren. An diesem Morgen öffnen wir die Freizeitpatengruppe für Menschen mit psychischen Erkrankungen / Behinderungen, die dieses Angebot kennenlernen möchten. Gemeinschaft wirkt der Angst entgegen und tut gut. susanne.bartenbach@diakonie-fuer-bielefeld.de	Diakonie für Bielefeld Begegnungszentrum Kreuzstraße 19a 33602 Bielefeld	Susanne Bartenbach 0521-98 89 24 40 bianca.foerster@ diakonie-fuer-bielefeld.de
08	Dienstag 9. 10.18 14.00 Uhr - 16.30 Uhr	Wege in Arbeit und Beschäftigung. In den zahlreichen Werkstätten und Betrieben von Bethel proWerk in Bielefeld und der näheren Umgebung finden jährlich zahlreiche Menschen neue berufliche Perspektiven oder Ausbildungsangebote. Unsere Angebote reichen von einfachsten Tätigkeiten über den Dienstleistungsbereich bis hin zu sozialversicherungspflichtigen Arbeitsverhältnissen.	Stiftung Bethel, proWerk , Arbeitsbe- ratung, Leinenmeister- haus, Am Bahnhof 6	Tobias Borth tobias.borth@bethel.de Tel. 0521 144 - 4335
09	Dienstag 9. 10.18 16.30 Uhr - 18.00 Uhr	Meta-Kognitives Training bei Depression. Das Meta-Kognitive Training bei Depression zeigt typische Denkmuster, Gefühlszustände und Verhaltensweisen, die dazu beitragen können, die Erkrankung aufrecht zu erhalten. Workshop mit Aha-Effekten, Ausprobieren und Diskutieren. Wir bitten wir um vorherige Anmeldung!	Praxis für Ergotherapie Hofstraße Hofstraße 20 33607 Bielefeld	Jana Falkenreck Annelie Kerker 0521-521 295 11 annelie.kerker@evkb.de
10	Dienstag 9. 10.18 16.30 Uhr - 18.30 Uhr	„Balance halten in Trauerzeiten“ Kreativ der Trauer begegnen bedeutet für uns, in Krisenzeiten nach eigenen Kraftquellen zu suchen und diese auch zu finden. Wir möchten Sie einladen, im Austausch herauszufinden, wie wir der Trauer Raum geben und gleichzeitig unser Leben wieder ins Gleichgewicht bringen können. (33602 Bielefeld, Tel. 0521 - 20 65 44)	Noller & Ziebell Raum für Abschied und Erinnerung August-Bebel-Str. 30 b	Pia Hamann e-p-hamann@t-online.de Anne Wiebusch anne@blueprojects.de
11	Dienstag 09.10.18 17.00 Uhr	Kultur macht das Leben bunt! KuBi-Treff im Café 3b. Wollen Sie mal wieder in eine Kulturveranstaltung gehen? Möchten Sie nicht alleine gehen? Benötigen Sie Unterstützung? Suchen Sie eine Möglichkeit, Eintrittskarten vergünstigt zu bekommen? Das Projekt Kulturöffner bietet einen Treffpunkt an. Hier lernen sich Interessierte und ehrenamtliche Begleiter*innen kennen.	Café 3b Feilenstr. 3 33602 Bielefeld Tel.: 0521-6 02 02	Michael Schäfer m.schaefer@cafe3b.de Evelin Krüger Evelin.Krueger@bethel.de
12	Dienstag 9. 10.18 17.30 Uhr - 19.30 Uhr	Mentales Hatha-/Yin-Yoga und Klang – ein Weg zum achtsamen Fühlen. Yoga bei Erschöpfung, Burnout, Depression – den Körper wieder spüren lernen, Gefühle und Emotionen wahrnehmen, Stille und Loslassen erfahren. <i>33619 Bielefeld – Raum Sonne (ca. 50 m² - Raum), Platz für 10-12 Teilnehmer.</i>	Natur-Vital-Zentrum OWL Babenhauser Str. 153 33619 Bielefeld	Christine Kobusch Tel. 0521 - 78 53 06 35 info@natur-vital- zentrum-owl.de
13	Dienstag 9.10.18 18.30 Uhr - 21.30 Uhr	Dem Leben Farbe geben – Heilsame Bilder gestalten. Kunsttherapeutisch begleitetes Malangebot unter Leitung der Bielefelder Künstlerin Elisabeth Susanne Jaene. In dieser Gruppe können Sie innere Bilder und Gefühle entdecken und ausdrücken. Meditationen und Phantasie Reisen regen den inneren Bilderfluss und den Fluss der Farben aufs Papier an. Bitte Telefonische Anmeldung!	Guttemplerräume Große Kurfürsten- straße 51 33615 Bielefeld	Elisabeth S. Jaene Tel. 0521 130166 (AB) esjaene@gmx.de
14	Dienstag 9.10.18 18.30 Uhr	Kundalini Yoga. Yoga-Übungen und Meditationen zum Thema „Umgang mit Angst“ Leichte Sportkleidung ist hilfreich.	TSVE-Sporthalle Am Niedermühlenhof 3 33604 Bielefeld	Jürgen Lampart jlampart@me.com Tel.: 0151 - 27 55 77 04 www.tsve.de
15	Dienstag 9.10.18 18.30 Uhr - 20.00 Uhr	Selbsthilfegruppen im Mittelpunkt. In Bielefeld gibt es eine Reihe von Selbsthilfegruppen zu seelischen Problemen wie z.B. Selbsthilfegruppen für Menschen mit Depressionen, Zwangserkrankungen, Soziale Phobien, Angsterkrankungen, Gewalterfahrungen in der Kindheit, Trennung oder Trauer etc. Erfahrungen aus Selbsthilfegruppen u. Infos der Selbsthilfe-Kontaktstelle.	Selbsthilfe-Kontakt- stelle Bielefeld des Paritätischen Stapenhorststraße 5	C. Steinhoff-Kemper Tel. 0521 - 96 406 98 Christa.steinhoff-Kem- per@paritaet-nrw.org
16	Mittwoch 10.10.18 10.00 Uhr - 12.00 Uhr	Aquarell- und Zeichenwerkstatt mit Elisabeth Susanne Jaene – Dem Leben Farbe geben. Das Angebot der Aquarell- und Zeichenwerkstatt findet fortlaufend mittwochs von 10:00 - 12:00 statt. Das Angebot richtet sich an Menschen mit Freude an Farben, Formen und gemeinschaftlichem Austausch. Anmeldung: 0521-98 89 24 40 susanne.bartenbach@diakonie-fuer-bielefeld.de	Diakonie für Bielefeld Begegnungszentrum Kreuzstraße 19a 33602 Bielefeld	Susanne Bartenbach 0521-98 89 24 40 bianca.foerster@ diakonie-fuer-bielefeld.de
17	Mittwoch 10.10.18 10.30 Uhr - 12.30 Uhr	Wege in Arbeit und Beschäftigung. In den zahlreichen Werkstätten und Betrieben von Bethel proWerk in Bielefeld und der näheren Umgebung finden jährlich zahlreiche Menschen neue berufliche Perspektiven oder Ausbildungsangebote. Unsere Angebote reichen von einfachsten Tätigkeiten über den Dienstleistungsbereich bis hin zu sozialversicherungspflichtigen Arbeitsverhältnissen.	Stiftung Bethel, proWerk , Arbeitsbe- ratung, Leinenmeister- haus, Am Bahnhof 6	Tobias Borth tobias.borth@bethel.de Tel. 0521 144 - 4335
18	Mittwoch 10.10.18 14.00 Uhr - 17.00 Uhr	Wie Sorge ich für mich - Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige in psychisch belastenden Situationen und niederschwellige Angebote für Menschen mit psychischer Erkrankung Wir stellen Ihnen das Angebot des mofa-Treffs zur Entlastung pflegender Angehöriger und das niederschwellige Angebot „Tierisch gut leben“ in Zusammenarbeit mit dem Dorf Sentana vor.	Mofa-Treff Jakob-Kaiser-Straße 3a 33615 Bielefeld	Sabine Klüss Tel. 0521 - 175496 s.kluss@mofa-bielefeld.de

41 Veranstaltungen zur 7. Woche der Seelischen Gesundheit in Bielefeld

19	Mittwoch 10.10.18 14.00 Uhr - 17.00 Uhr	„Ein-Blick“ in die Tagesklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie jeweils 14, 15 und 16 Uhr Informationsveranstaltung mit anschließender Führung durch die Tagesklinik, um telefonische Voranmeldung bis zum 4. 10. 18 wird gebeten. Frau Steininger, Klinikum Lippe GmbH, Königsweg 11, 33617 Bielefeld, Tel. 0521 - 136 36 14	Klinikum Lippe, Tagesklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie Königsweg 11	Nicola Steininger Telefon: 0521 - 13636-0 Nicola.Steininger@klinikum-lippe.de
20	Mittwoch 10.10.18 14.30 Uhr - 17.30 Uhr	Psychodrama – neue Perspektiven erleben, Handlungsalternativen erproben. Ein Schnupperangebot, um die Methode kennenzulernen. Die Methode eignet sich gut dazu, andere Perspektiven einzunehmen und erste kleine Veränderungsschritte auszuprobieren. Die Teilnahme am 1. Termin 08.10.2018, 14:30-17:30 Uhr ist erwünscht. Tel. 0173 - 521 52 31	Johanniter Geschäftsstelle Artur-Ladebeck-Str. 85 33617 Bielefeld Seminarraum (EG)	Inge Thömmes inge.thoemmes@web.de Bernd Pönnighaus bernd.poennighaus@johanniter.de
21	Mittwoch 10.10.18 15.30 Uhr - 17.00 Uhr	Qigong – in Bewegung zur Ruhe kommen. Ruhige, sanfte Bewegungen tragen zur Entspannung und Stärkung von Körper, Seele und Geist bei. Das Üben stärkt die innere Mitte und kann so zu einer Kraftquelle im Alltag werden. Es kann sowohl im Stehen als auch im Sitzen geübt werden. Um Anmeldung unter Tel.: 0521 - 28 58 31 / E-Mail: info@schmitt-susanne.de wird gebeten.	Am Brodhagen 102b erreichbar über Buslinien 25 und 26 Raum liegt in der 2.Reihe	Susanne Schmitt Am Brodhagen 102b 33613 Bielefeld
22	Mittwoch 10.10.18 15.30 Uhr - 17.30 Uhr	WenDo – Gewaltprävention für Frauen. Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen, Schnupperkurs zum Kennenlernen. Weitere Infos auf www.bellzett.de Bitte dicke Socken und bequeme Kleidung mitbringen. Anmeldung erforderlich unter Tel. 0521-12 21 09 oder www.bellzett.de	BellZett e.V. Sudbrackstr. 36a 33611 Bielefeld	Tina Blumberg Tel. 0521 32921540 Tina.blumberg@bellzett.de
23	Mittwoch 10.10.18 16.30 Uhr - 18.30 Uhr	„Lebensmut statt Angst“ - Positive Psychotherapie als Krisenintervention. Vortrag: Thomas Rave u. Mechthild Gesmann vom Westf. Institut f. Positive Psychotherapie & Beratung (WIPPB): Mit Hilfe der Positiven Psychotherapie können wir lernen, mit Krisen konstruktiv umzugehen. Tel.: 0521-33 93 58, Mail: a.azem@awo-bielefeld.de	AWO-Aktivitätenzentrum, Im EG Meinfolstraße 4 33607 Bielefeld	Aischa Azem AWO Bielefeld e.V. Abt. Ambulant Betreutes Wohnen
24	Mittwoch 10.10.18 17.00 Uhr - 18.30 Uhr	„Irren ist menschlich“?! – Stigmatisierung bei psychischen Störungen. Die Gesellschaft gibt vor, was normal und was unnormale ist. Menschen mit einer psychischen Störung entsprechen evtl. nicht der Vorstellung, was als „normal“ gilt und erleben Stigmatisierung und Diskriminierung. Auch kann das persönl. Umfeld des Betroffenen ähnliche Erfahrungen durchleben. Vortrag und Dialog.	Praxis für Ergotherapie Hofstraße 20 33607 Bielefeld	EvKB, Ines Ernesti Ergotherapeutin B.A. PraxisErgoET@evkb.de Tel. 0521 - 521 295 15
25	Mittwoch 10.10.18 ab 17.30 Uhr	Kunst als Weg. Kunst im Alltag als Ausdruck der psychischen Befindlichkeit und der Verarbeitung. Es werden Exponate im Rahmen einer Vernissage gezeigt, die von Menschen mit einer psychischen Erkrankung als Teil ihres Bewältigungsweges erstellt worden sind.	Flexpunkt Bielefeld Niederwall 18 33602 Bielefeld	Anika Klinksiek Dieter Berger 0151 - 40 64 75 40 a.klinksiek@ummeln.de
26	Mittwoch 10.10.18 18.30 Uhr - 19.30 Uhr	„Weil jeder etwas zu sagen hat“ – das Bibelgespräch. Thema: „Fürchtet euch nicht! - Angst - Vertrauen - Zuversicht“ (Mt 14, 22-32). Angebot der Psychiatrieseelsorge im Evangelischen Klinikum Bethel. Es geht anhand einer biblischen Geschichte um menschliche Grunderfahrungen wie Angst und Vertrauen, Gefahr und Rettung, Glaube und Zuversicht. Besondere Kenntnisse sind nicht nötig.	Klinik f. Psychiatrie und Psychotherapie Bethel Remterweg 69-71 Gilead IV, Raum der Stille	Kristina Roth Pastorin Tel: 0521 - 772 7 84 80 Kristina.Roth@evkb.de
27	Mittwoch 10.10.18 18.30 Uhr - 20.00 Uhr	EX-INler*innen in Anstellungen – Hoffnungen erfüllt? Psychiatrie-Erfahrene als Genesungsbegleiter*innen tätig in psychiatrischen und psychosozialen Einrichtungen – Wie sind ihre Erfahrungen? Wer profitiert wie? Was ist schwierig? Wie könnten oder sollten Weiterentwicklungen aussehen? Reflektierter Austausch. An EX-IN Interessierte können sich darüber informieren.	Kontaktstelle LebensRäume Friedenstr. 4-8, 33602 Bielefeld	Maria Canovai 0521 - 13 24 15 mariacanovai@gmx.de
28	Donnerstag 11.10.18 11.00 Uhr	Gebärdensprach-Schnupperkurs „Einführung in die Welt der Sprache der Hände“. Die Welt der Gehörlosen u. ihre Gebärdensprache üben Faszination aus, auf die zum ersten Mal damit in Berührung kommen. Unter der Anleitung eines gehörlosen Sozialberaters für Hörbehinderte und Gebärdensprachdozenten bietet nun Möglichkeit dazu, die Welt der Sprache der Hände kennenzulernen.	Café 3b Feilenstr. 3 33602 Bielefeld Tel. 0521 - 6 02 02	Ralf Kirchhoff Beratungsstelle für Hörgeschädigte r.kirchhoff@cafe3b.de
29	Donnerstag 11.10.18 15.00 Uhr - 18.00 Uhr	"Tierische Begleiter bei Abschied, Tod und Trauer ..." Der Verein LAIKA - Trost auf vier Pfoten, bietet auf dem Hof tiergestützte Trauerbegleitung. Ausdrucksmalen im Tipi. www.laika-trostaufvierpfoten.de Lauschen, Spüren, Schauen, Inspirieren lassen. Anmeldung unter: info@laika-trostaufvierpfoten.de Eintritt frei – Spende erwünscht	Dorf Sentana Quellenhofweg 114 33617 Bielefeld - Gadderbaum	Ingrid Littmann Dipl. Päd. in Kooperation mit Susanne Jaene, Bildende Künstlerin
30	Donnerstag 11.10.18 16.00 Uhr - 18.00 Uhr	Sexuelle Belästigung – Tipps für den Umgang. Viele Frauen haben in ihrem Alltag, beruflich oder privat, schon verschiedenste Formen sexueller Belästigungen erlebt. Immer wieder stellt sich die Frage, wie sie mit diesen Situationen umgehen können. Informationsveranstaltung für Frauen. Anmeldung ist erwünscht. Tel. 12 42 48 oder per E-Mail: info@frauennotruf-bielefeld.de	Frauennotruf Bielefeld e.V. Jöllenbecker Str. 57 33613 Bielefeld	Melanie Rosendahl 0521-12 42 48 info@frauennotruf-bielefeld.de
31	Donnerstag 11.10.18 18.00 Uhr - 21.00 Uhr	Informationsveranstaltung zur Psychotherapie. Was ist Psychotherapie, wie geht Psychotherapie, wie kommt man daran? Neuerungen durch Reform der Gesetzgebung. Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen – was sind das für Leute? Ein unterhaltsamer Vortrag. Gelegenheit zur individuellen Beratung an Informationsständen (des app:) auf dem „Psycho-Marktplatz“.	Seminarzentrum am Franziskus Hospital Kiskerstraße 19 www.app-bielefeld.de	Andreas H. Abel Dipl.-Psych. Kiskerstraße 19 Tel. 0521 - 55 74 24 24 aha@abel-franke.de
32	Donnerstag 11.10.18 18.00 Uhr	Angst und Misstrauen in der Gesellschaft Vortrag von Prof. Dr. Zick , Universität Bielefeld. Europa scheint von einer tiefen Krise zerrüttet. Hasstaten gegen Minderheiten, Populismus in Online-Medien und auf der Straße prägen Alltagsmeldungen. Daneben kursieren Angstbilder von Überfremdung, Islamisierung. Selbst etablierte Institutionen, wie Parlamente und Parteien, geraten in die Krise und fechten Konflikte aus, die teilweise nicht regulierbar sind. Auf der anderen Seite könnten wir entspannt sein. Die Migration ist weniger heftig, die Wirtschaft ist stabil und viele der beschworenen Krisen sind zu bewältigen. Was richten Krisen und Konflikte an? Welche Konsequenzen haben Angst und Misstrauen für den gesellschaftlichen Zustand? <i>Diesem geht der Vortrag nach auf der Grundlage von empirischen Studien, die am Institut für Interdisziplinäre Konflikt- und Gewaltforschung durchgeführt werden.</i>	Café Komm, Am Zwinger 2 33602 Bielefeld	Thorsten Buick Gesellschaft für Sozialarbeit e.V. Fachber. LebensRäume thorsten.buick@gfs-bielefeld.de Tel. 0521 - 32 93 99 91
33	Donnerstag 11.10.18 18.00 Uhr - 20.00 Uhr	Antidepressive Medikamente in der psychiatrischen Behandlung und Alternativen. Bericht von der Tagung vom 06.09.2018 in Herford "Antidepressiva absetzen und erprobte Alternativen" und von der Diskussion im Gesprächskreis "Seelische Gesundheit - Medikamente und alternative Behandlung"; Nachbereitung und offenes Gespräch.	Kontaktstelle LebensRäume Friedenstr. 4-8, 33602 Bielefeld	Maria Canovai 0521-132415 mariacanovai@gmx.de
34	Freitag 12.10.18 17:00 Uhr - 18:30 Uhr	Lebensgeschichten – Vom Umgang mit Krisen. Jeder kann in eine persönliche Krise geraten oder krank werden. Dadurch wird die bisherige Lebensplanung auf den Kopf gestellt und die Akzeptanz der Situation ist oft schwierig. Wie kann es gelingen, trotzdem zu einer Lebenszufriedenheit zu gelangen? Möglichkeiten Krisen konstruktiv zu nutzen. Gesprächsrunde und Gitarrenmusik.	Begegnungszentrum Prießallee 34 33604 Bielefeld Tel. 0521 - 239 99 02	Susanne Kamp begegnung.mitte-ost@bethel.de Annette Hellweg begegnung.brackwede@bethel.de
35	Freitag 12.10.18 17.00 Uhr - 19.00 Uhr	„FESTUNG“. Filmvorführung mit anschließender Diskussion Ein Film über Gewalt in der Familie, erzählt aus der Perspektive der 13jährigen Tochter Johanna. E-Mail: info@frauenberatung-bielefeld.de	Psychologische Frauenberatung e.V. Ernst-Rein-Str. 33 Bielefeld	Monika Bistula – Czarnaeka und Olga Elli Tel. 0521 121597
36	Freitag 12.10.18 18.00 Uhr	„Warum seid Ihr so furchtsam?“ – Ein Gottesdienst mit Gedanken und Besinnung zum Umgang mit Angst. Ökumenischer Gottesdienst, unter Mitwirkung von Psychiatrie-Erfahrenen Ehrenamtlichen der Telefonseelsorge Bielefeld Ute Weinmann, Pfarrerin, Leiterin Telefonseelsorge Bielefeld-OWL Peter Schäfer Pfarrer, Kath. Kirchengemeinde St. Pius Berthold Becker, Pfarrer, Ev.-Reformierte Gemeinde Bielefeld	Süsterkirche Süsterplatz 1 33602 Bielefeld	Ute Weinmann info@telefonseelsorge-bielefeld-owl.de wolfgang.voelzke@bielefeld.de
37	Freitag 12.10.18 20.00 Uhr	„Konstellationen“ Inszenierung von Nick Payne. Mit: Christina Huckle und Thomas Wehling. Wer kennt es nicht, das Gefühl, im entscheidenden Moment falsch abgelenkt und nun in einem Paralleluniversum gefangen zu sein? Nick Paynes Stück macht die Umkehr möglich! Und so nimmt die Begegnung von Roland und Marianne nicht ihren Lauf, sondern verschiedene Verläufe. Als Marianne an einem tödlichen Gehirntumor erkrankt, nimmt diese zunächst leichte Geschichte über die diversen Versionen ihres gemeinsamen Lebens eine Wendung: Wie ist mit einer so einschneidenden Erkrankung und den damit verbundenen grundlegenden Ängsten umzugehen? Vorverkauf – Theater Bielefeld: Der Gemeindepsychiatrische Verbund unterstützt die Veranstaltung, statt 15,- € Eintritt nur 5,- €	Theater am Alten Markt TAM ZWEI Alter Markt 1 33602 Bielefeld	Dariusch Yazdkhasti Tel. 0521 - 51 26 91 dariusch.yazdkhasti@bielefeld.de
38	Samstag 13.10.18 11.00 Uhr - 15.00 Uhr	Mit Märchen und Traumreise den inneren Schätzen auf der Spur. Mittels eines Märchens, Traumreisen und kreativer Techniken ein Lebensthema zu bearbeiten. Teilnehmer*innen: max. 6 Personen, bequeme Kleidung, Decke und warme Socken mitbringen. Vorherige Anmeldung per E-Mail: kontakt@hueffmeier-beratung.de oder Telefon 0521-39 96 59 25	Wildwasser Bielefeld e.V. Sudbrackstraße 36a 33611 Bielefeld	Uta Hüffmeier kontakt@hueffmeier-beratung.de Tel. 0521-39 96 59 25
39	Samstag 13.10.18 15.30 Uhr - 18.00 Uhr	„Auf dem Weg zum vorurteilsfreien Umgang mit Sucht und psychischen Erkrankungen“ Vortrag und prominent moderierte „Talkrunde“. Stigmatisierung schadet den Betroffenen und verstärkt Sucht – und psychische Probleme. Nach einem Stehcafe ab 15.30 Uhr werden wir uns dem Thema ab 16.00 Uhr mit einem Fachvortrag nähern danach Talkrunde.	Stadtbibliothek Veranstaltungssaal SO 2, Kavalierstr. 17 33602 Bielefeld	Für den Sprecherrat der AG-Suchthilfe Bielefeld: Daniel Müller EvKB daniel.mueller@evkb.de Tel. 0521 - 77 27 86 71
40	Montag 15.10.18 15.30 Uhr - 17.00 Uhr	„Like A Bridge Over Troubled Water“. Klavierkonzert mit Hans Becker. Er lebt schon seit Jahrzehnten mit einer Angst- und Zwangserkrankung. Die Musik ist für ihn dabei immer eine Brücke gewesen, um Krisen zu meistern und besser mit der Erkrankung umzugehen. Er spielt Eigenkompositionen und Interpretationen von bekannten Liedern aus Rock, Pop und Blues.	Kontaktstelle LebensRäume Friedenstr. 4-8, 33602 Bielefeld	Uwe Krah, Gesellschaft für Sozialarbeit e.V. Tel.: 0521 - 32 93 99 16 uwe.krah@gfs-bielefeld.de
41	Montag 15.10.18 16.00 Uhr - 17.30 Uhr	Wir können mehr als Programmieren! Diese Informationsveranstaltung richtet sich an Menschen mit Autismus-Spektrum-Störungen. Vorgestellt wird das Projekt „KompASS“. Durch eine Kombination von Angeboten zur Sozialen Teilhabe und zur Teilhabe am Arbeitsleben bekommen die jungen Menschen ein genau auf sie zugeschnittenes Maß an Unterstützung, das ihre gesellschaftliche und insbesondere berufliche Integration erst möglich macht. Angehörige sind willkommen.	Fortbildungsakad. der Wirtschaft FAW gGmbH Herforder Str. 76, 1. OG 33602 Bielefeld	Vera Trocha ambulante berufliche Rehabilitation Tel.: 0521 - 521 92-50 vera.trocha@faw.de