

5. bis 11. Oktober: Woche der seelischen Gesundheit im Kreis Pinneberg



Woche der Seelischen Gesundheit

Gemeinsam bunt und vielfältig

• Vorträge
• Workshops
• Mitmach-Aktionen

In der Woche vom 05.10. - 11.10.2026

Das vollständige Programm finden Sie unter:
www.kreis-pinneberg.de/seelische_gesundheit.html

Hilfsangebote im Kreis Pinneberg stellen sich vor:
Viele verschiedene Veranstaltungen warten darauf von Ihnen besucht zu werden und alle Menschen sind herzlich eingeladen.
Wir freuen uns auf Sie!

Zur diesjährigen „Woche der seelischen Gesundheit“ wird es an verschiedenen Orten im Kreis Pinneberg zahlreiche Veranstaltungen und Angebote geben, die mit psychischen Erkrankungen und Belastungen zu tun haben.

Vom 5. bis zum 11. Oktober geht um Prävention, aber auch um die Bewältigung von Krisen oder den Umgang mit einer eigenen psychischen Erkrankung. Die zentrale Auftakt-Veranstaltung steht unter der Überschrift „Gemeinsam bunt und vielfältig“ und findet am Montag, 5. Oktober, von 15 bis 19 Uhr im Haus der Begegnung in Elmshorn statt. Ziel der bundesweiten Aktionswoche zur seelischen Gesundheit ist es, die Akzeptanz von psychischen Erkrankungen zu fördern.

„Seelische Gesundheit ist ein zentrales Thema, das alle Menschen betrifft. Ob selbst von psychischer Erkrankung betroffen, als Angehöriger oder zur Vorbeugung und Pflege der eigenen Gesundheit – das Thema ist so aktuell wie nie zuvor“, sagt Martin Keck, Leiter des sozialpsychiatrischen Dienstes im Kreis Pinneberg. „Unser Anliegen ist es, Vorurteile und Berührungsängste abzubauen, indem wir Themen durch Veranstaltungen offen ansprechen und Menschen die Möglichkeit geben, sich zu informieren und auszutauschen. Es geht außerdem darum, bestehende Angebote im Kreis vorzustellen.“

Bei der Auftaktveranstaltung zur Woche der seelischen Gesundheit wird Professor Dr. Jürgen Gallinat vom Zentrum für Psychosoziale Medizin in Hamburg über Nutzen und Risiken beim Einsatz künstlicher Intelligenz berichten. Zudem werden betroffene Menschen von ihrem persönlichen Weg aus der Krise erzählen. Parallel dazu gibt es auf einem Markt der Möglichkeiten Informationen zu Angeboten im Kreis Pinneberg.

Insgesamt mehr als 50 Veranstaltungen umfasst das Programm zur Woche der seelischen Gesundheit im Kreis Pinneberg. Die Besucher erwartet ein bunter Blumenstrauß an Workshops, Vorträgen und Mitmach-Angeboten. Denn: Das Thema seelische Gesundheit hat viele

Facetten. Themen wie Stress und Resilienz, Trauer, Sucht, Neurodivergenz sowie Bewegung und Ernährung sind Teil der Aktionswoche.

Organisiert wird das Programm von einem breiten Bündnis der im Kreis Pinneberg aktiven Anbieter psychosozialer Angebote. Dazu gehören die Kreisverwaltung Pinneberg, die Klinik für Psychiatrie in Elmshorn, die Träger der Eingliederungshilfe, der Kreissportverband, Begegnungsstätten, Familienbildungsstätten, Volkshochschulen, Suchtberatungsstellen und Vertretungen der Selbsthilfe.

Die Veranstaltungen sind überwiegend kostenfrei und können in der Regel ohne Anmeldung besucht werden. Das Programm steht auf der Website des Kreises Pinneberg zum Download zur Verfügung unter: www.kreis-pinneberg.de/seelische_gesundheit.html.

Medieninformation vom 28.09.2026