

# Unsere Partner\*innen



Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Bei Fragen gerne an kontakt@freiraum26.de schreiben.  
Satz und Layout: Karen Obenauf | Stand: 11.09.2025 Schwerin

## Grußwort unserer Schirmherrin

Sehr geehrte Damen und Herren,

mal begleitet sie uns leise, mal trifft sie uns mit aller Wucht. Gemeint ist das Gefühl der Einsamkeit, das sicher viele Menschen kennen – unabhängig von Alter, Herkunft oder Lebens-situation. Und obwohl die Einsamkeit so verbreitet ist, wird über sie und ihre Auswirkungen auf die seelische Gesundheit noch viel zu selten offen gesprochen. Deshalb freue ich mich sehr, dass die Tage der seelischen Gesundheit in diesem Jahr ihren Schwerpunkt auf dieses Thema legen und ich die Tage vom 10. bis zum 18. Oktober als Schirmherrin begleiten darf.



Foto: © Eckli Raiff

Auch als Landesregierung haben wir uns zuletzt vertiefend der Einsamkeit gewidmet. Denn in einem Land, in dem die Fahrtwege überdurchschnittlich lang, Einpersonenhaushalte besonders häufig und unsere Mitbürgerinnen und Mitbürger überdurchschnittlich alt sind, wollen wir neue Wege finden, um Gemeinschaft zu schaffen. Um Brücken zu bauen. Um vorzubeugen und die seelische Gesundheit zu stärken. Rund zwei Jahre lang haben wir deshalb mit Vertreterinnen und Vertretern aus Zivilgesellschaft, Wirtschaft, Wissenschaft sowie mit Seniorinnen und Senioren in verschiedenen Arbeitsgruppen zusammengessen, um Empfehlungen zu entwickeln – angefangen bei Fragen des Wohnens, über Angebote in „Pantoffelnähe“ bis hin zur Vorbereitung auf die nachberufliche Phase, in der durch den Renteneintritt oftmals Kontakte wegbrechen.

Dieser Arbeitsprozess hat unter anderem gezeigt: Wir brauchen „dritte Orte“ als ungezwungene Gelegenheiten für Begegnung, Teilhabe und das alltägliche Gespräch. Und auch ehrenamtliches Engagement oder die Mitgliedschaft in einem Verein können helfen, Einsamkeit vorzubeugen und neue Kontakte zu knüpfen. Die Tage der seelischen Gesundheit verbinden diese Aspekte aus meiner Sicht ganz wunderbar, indem ein neuer Raum für Austausch geschaffen wird – und das von einer aktiven Gruppe Ehrenamtlicher, die freiraum e.V. gegründet und über die Jahre hinweg weiter aufgebaut haben.

Dem Verein und allen Mitwirkenden, die die vor uns liegende Woche mit Leben füllen, gilt deshalb mein großer Dank dafür, dass Sie der Einsamkeit gemeinsam den Kampf ansagen. Allen Teilnehmenden wünsche ich inspirierende Begegnungen, ermutigende Gespräche und die Erfahrung, dass wir gemeinsam stärker sind als die Einsamkeit.

Ihre  
*Stefanie Drese*  
Stefanie Drese

frei raum e.V.

# ALLES AUßER GEWÖHNLICH

Tage der seelischen Gesundheit  
Schwerin

10.-18.  
Oktober  
2025

## Programm

Programm und Infos:  
[freiraum26.de](http://freiraum26.de) [tdsgschwerin](https://www.instagram.com/tdsgschwerin)

Landeshauptstadt  
**Schwerin**

## Der freiraum e.V.

Gegründet wurde der freiraum e.V. 1991. Damals hat sich eine aktive Gruppe von Ehrenamtlichen zusammengetan und die sogenannte Gemeindepsychiatrie aufgebaut. Ziel war es, Angebote für Menschen mit geistigen Behinderungen und psychischen Beeinträchtigungen zu schaffen, die sie dort annehmen konnten, wo sie auch leben. Und so wurde in Schwerin eine Struktur geschaffen: Von einer Tagesstätte über ein Wohnheim und ambulant betreutes Wohnen bis zu einem Werkstattbereich wurde alles eingerichtet, damit Menschen trotz Beeinträchtigungen und Hilfebedarfs in Schwerin wohnen bleiben können.

Heute bemüht sich der freiraum e.V. vor allem darum, Aufmerksamkeit für das Thema über Kunst und Kultur zu schaffen. Vor allem mit den von uns organisierten „Tagen der seelischen Gesundheit“ bieten wir ein niedrigschwelliges und breit gefächertes Angebot, um möglichst viele Menschen zu erreichen.

Und dabei brauchen wir immer Unterstützung! Wer also Lust hat, dem Thema zu mehr Sichtbarkeit zu verhelfen und sich aktiv einbringen möchte, ist bei uns herzlich willkommen! Ebenso freuen wir uns immer über Spenden.

Sigrun Schön  
Vorstandsvorsitzende

Karen Obenauf  
Vorstand

Andreas Schwarz  
Vorstand

## Kontakt

kontakt@freiraum26.de  
www.freiraum26.de



**Ausstellung**  
**GETEILTE EINSAMKEIT**  
**WEIL KUNST VERBINDET**  
Eröffnung am 10.10.2025 um 14:00 Uhr  
**Ort: Perzinasaal**  
Wismarsche Straße 144 | Schwerin  
**Öffnungszeiten:** Mi/Do 10-14 Uhr  
Fr/Sa 14-19 Uhr Sa 25.10. 14-22 Uhr  
Eintritt frei

10.-31.  
Oktober  
2025

# 10.10. FREITAG

## Eröffnung

„Tage der seelischen Gesundheit 2025“ Schwerin und Ausstellung „Geteilte Einsamkeit – weil Kunst verbindet“

14 Uhr

Eröffnung durch Schirmherrin Ministerin Stefanie Drese, Prof. Dr. Andreas Speck, Fachbereich Soziale Arbeit, Bildung und Erziehung Hochschule Neubrandenburg, Dr. med. Klaas Winter, Fachgruppenleiter Sozialpsychiatrischer Dienst der Landeshauptstadt Schwerin und Andreas Schwarz, Vorstand freiraum e.V. *ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

## Theater „Nobody Is Home“

18 Uhr

Deutsch-philippinisches Theaterstück über internationale Care-Arbeit von Liza Magtoto & Ensemble mit anschließendem Gespräch & Karaoke-Party

**Tickets fürs Theaterstück inklusive Karaoke-Party:**

an der Kasse des Staatstheaters, Alter Garten 2, Schwerin  
Bei Anmeldung bei uns können wir Gruppentickets für je 10 € pro Person erwerben.

**Tickets für die Karaokeparty:** an der Abendkasse in der M\*Halle für 3 €

**Ort:** M\*Halle, Gutenbergstraße 1, Schwerin, Haltestelle Gartenstadt

# 11.10. SAMSTAG

## Familienportfest – für alle und jede\*n

11–14 Uhr

Präsentiert vom Landessportbund M-V  
*ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Sporthalle Berufsschule für Wirtschaft und Verwaltung, Obotritenring 50, Schwerin

## Kulturnachmittag „Theaterfest“

ab 15:30 Uhr

**Programm:**

**15:30 Uhr** Theatergruppe „freiräumer“ mit dem Stück „Von Fünfen, die ausziehen, das Leben zu lieben“

**16:30 Uhr** „LACHMÖWEN“ mit dem Programm: „Ich brauch Äktschn, Maskenperformance mit Musik“ – Maskentheater der Lebenshilfe Schwerin e. V.

**17:30 Uhr** Der Schweriner Musical Club präsentiert die Preview zum Musical „I.G.NORANZ“.

*ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Alte Post, Berliner Platz, Schwerin

# 12.10. SONNTAG

## Zertifikatsübergabe der Genesungsbegleiter-Ausbildung 2024/25

10–15 Uhr

*Mit Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

## Silent Book Club® in Schwerin

17–19 Uhr

Buchverliebte und alle, die gerne lesen, sind eingeladen, eine Stunde gemeinsam in Stille zu lesen

*Mit Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Café Kränzchen, Bornhövedstraße 12, Schwerin

# 13.10. MONTAG

## Spaziergang in Lankow

9:30 Uhr

Gemeinsamer Rundgang in Lankow mit Gunhild Nienkerk zur Bibliothek, Gewächshaus, inklusives Quartier Polentzstraße, Generationenpark und ASB Kreisverband mit Kaffee und Kuchen

*ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Treffpunkt:** Treffpunkt Bibliothek Lankow, Plöner Straße 24, Schwerin

**Kontakt:** Gunhild Nienkerk 0176 84 900 608

## Saison-Ausklang im Kulturgarten e.V.

14–16 Uhr

Filmvorführung, Pflanztisch, Gespräche, Kochen mit der Tagesstätte Diakonie Westmecklenburg-Schwerin *ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Wismarsche Str. 282 (Hinterhof), Schwerin

## Kunst-Workshop „Geteilte Welt – Wer ist denn wirklich dabei?“

15–18 Uhr

Fragen werden in Form von Collagen umgesetzt und die entstandenen Werke im Komplex ausgestellt, mit Kreativmanufaktur Susanne Utech

*Freier Eintritt, Anmeldung an:*

*susanne@kreativmanufaktur-schwerin.de*

**Ort:** Komplex Schwerin, Pfaffenstraße 4, Schwerin

## Ausstellungseröffnung „Die Erinnerung bleibt“ mit Arbeiten von Heiko von Müller

16–18 Uhr

Arbeiten mit Acryl auf Leinwand

**Ort:** Projektraum freiraum vom Vielfalter, Klöresgang 1, Schwerin

# 14.10. DIENSTAG

## „Tür auf für Neugier“ beim Vielfalter

10–11/13–14 Uhr

Gemeinsames Weben mit Naturmaterialien, Auffrischung unseres Insektenhotels

11–13 Uhr

Gemeinsames Essen und Zubereiten eines herbstlichen Salates. In der Zeit kann gerne kostenpflichtig ein Essen in der Kombüse zu sich genommen werden. Die inklusive Band „Klangfarben“ wird die Zeit musikalisch begleiten.

*ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Vielfalter gGmbH, Rogahner Straße 4, 19061 Schwerin

## Mittagstisch im Wärmeort im Haus „Am Fernsehturm“

12–14 Uhr

Ein warmes Plätzchen, ein leckeres Essen mit herzlichen Menschen dazu – so lassen sich Nachbarschaft, Nähe und Gemeinschaft erleben. Vom Netzwerk für Menschen

*ohne Anmeldung*

**Ort:** Speisesaal des SOZIUS Haus „Am Fernsehturm“, Perleberger Str. 20, 19063 Schwerin

## Gesprächsrunde „Einsamkeit und Medienabhängigkeit - Irrwege und Auswege“

14–16 Uhr

mit Dr. Detlef Scholz

*ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Kompetenzzentrum und Beratungsstelle für exzessive Mediennutzung und Medienabhängigkeit der Evangelischen Suchtkrankenhilfe M-V gGmbH, Mecklenburgstr. 97, Schwerin

## Offene Probe des Schweriner Musical Clubs – Gemeinsames Singen

18 Uhr

Singen mit dem „Schweriner Musical Club“

*ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Alte Post, Berliner Platz, Schwerin

# 15.10. MITTWOCH

## Seniorenfrühstück

9–12 Uhr

vom SOS Kinderdorf e. V.

*ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Café Kränzchen, Bornhövedstraße 12, Schwerin

## Impulsvortrag „Einsamkeit- und die Auswirkungen auf Körper und Seele“

14–15 Uhr

von Psychiaterin Katrin Seidel

*mit Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** SEZ – Sozialmedizinisches Erwachsenen-Zentrum Mecklenburg gGmbH, Wismarsche Str. 306, Schwerin

## „Allein, einsam, gemeinsam – Wege aus der Einsamkeit“

16–18 Uhr

Vorstellung Impulskartenset für Therapie und Beratung von und mit Prof. Dr. Dr. Dipl. Isgard Ohls *ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Festsaal Haus 13, Carl-Friedrich-Flemming-Klinik, Wismarsche Str. 393-397, Schwerin

## Autorenlesung „(K)ein hoffnungsloser Fall“ von Jürgen Szybalski

16:30 Uhr

Musikalische Begleitung durch Klaus Bügel

**Ort:** Projektraum freiraum vom Vielfalter, Klöresgang 1, Schwerin

## Psychoseseminar

17–19 Uhr

Fachdienst Gesundheit der Landeshauptstadt Schwerin und der freiraum e.V. laden zum dialogischen Austausch psychisch erkrankte Menschen, deren Angehörige, Freund\*innen oder Partner\*innen und Fachleute ein *mit Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Raum 1029 im Packhof, Stadthaus Schwerin

## Spieleabend im Knotenpunkt

ab 18 Uhr

*ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Knotenpunkt e.V., Mecklenburgstr. 63, Schwerin

# 16.10. DONNERSTAG

## Tag der offenen Tür KISS e. V.

ab 16 Uhr

**17:00 Uhr** Vortrag und Diskussion „Einsamkeit – eine psychosomatische Dimension“, Dr. Ulrike Prösch, Vorstandsvorsitzende KISS e.V.

**18:00 Uhr** Mitgliederversammlung des Trägervereins KISS e.V.; *ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen Schwerin e.V., Spieltordamm 9, Schwerin

## 12min.me

18:30 Uhr

*ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Coworking Café tisch, Wittenburger Straße 16a, Schwerin

# 17.10. FREITAG

## Laternenfest Lankow

17:30 Uhr

Jede\*r ist willkommen und bekommt anschließend im Jugendhaus Lankow eine Wurst, was Heißes zu trinken und Stockbrot in gemütlicher Atmosphäre *ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Treffpunkt:** Sparkasse Kieler Straße in Lankow

## Gemeinsamer Abschluss

### „Stimmen aus der Stille“

18 Uhr

Ein literarisches Programm über Einsamkeit in Prosa und Lyrik; interpretiert von der Sprechkünstlerin Charlotte Schön.

Im Anschluss an die Veranstaltung laden wir Sie herzlich ein, noch bei uns zu bleiben, gemeinsam die zurückliegende Veranstaltungswoche Revue passieren zu lassen und den gelungenen Abschluss zu feiern. *ohne Anmeldung, freier Eintritt*

**Ort:** Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

# 18.10. SAMSTAG

## Workshop Mutlabor „Gemeinsam mutig – selbstbewusst verbunden“

10–14 Uhr

mit Sarah Gerke und Greta Pohl

*Mit Anmeldung (20 Plätze), freier Eintritt*

**Ort:** Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin