

ALLES AUßER GEWÖHNLICH

Tage der seelischen Gesundheit
Schwerin

09.–16.
Oktober
2026

In guter Gesellschaft

Programm



Bürgerbeauftragter
des Landes Mecklenburg-Vorpommern

Grußwort

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer
der Tage der seelischen Gesundheit,

wenn ich mit Menschen ins Gespräch komme, die psychische Probleme haben, dann dominiert ein Thema, ein Begriff alles andere: Selbstbestimmung. Wir wollen selbstbestimmt leben, höre ich oft. Und dazu gehört: Wir wollen Verantwortung übernehmen, auch in der Arbeitswelt. Selbst zu bestimmen, heisst auszuwählen und Entscheidungen zu treffen. Wir möchten die Wahl haben, in welche Schule wir gehen. Wir möchten die Wahl haben, wo und wie wir wohnen.

Warum gelingt die Umsetzung dazu oftmals nur sehr bedingt? Es geht hier nicht nur um mangelnde Förderinstrumente oder vielleicht ausbaufähige Gesetzesvorhaben. Viele Ursachen liegen tiefer. Viele Menschen haben ein Problem mit Menschen umzugehen, die eine psychische Erkrankung haben. Vieles ist für Außenstehende schwer nachvollziehbar. Nicht sichtbar. Fremd. Etwas unheimlich, vielleicht sogar. Deshalb muss die gesellschaftliche Sensibilisierung für psychische Erkrankungen verstärkt und damit die Entstigmatisierung der Betroffenen gefördert werden.

Hier setzen die Tage der seelischen Gesundheit 2026 an. Hier kommen Menschen zusammen, hier wird Bewusstsein geschaffen und die Öffentlichkeit sensibilisiert. Und es wird nach gemeinsamen Wegen gesucht. Gemeinsame Wege in einer Zeit und in einem politischen Umfeld, wo so oft das Trennende betont wird.

Mit etwas Sorge betrachte ich auch das schwindende Vertrauen in Teilen unserer Gesellschaft. Und damit meine ich nicht nur das Vertrauen in staatliches Handeln. Ich meine auch das Vertrauen in eigene Stärke und Kompetenz. Vertrauen gewinnt nicht, wer große Erwartungen weckt, die schnell zerplatzen. Vertrauen gewinnt am Ende auch nicht, wer radikal schlichte Lösungen anbietet. Am Ende geht es um greifbare Lösungen und praktische Ergebnisse.

Die Tage der seelischen Gesundheit führen Menschen zusammen, die Erfahrungen und Ideen haben und damit ganz sicher einen wertvollen Beitrag dazu leisten können. Und damit wird über die Veranstaltung hinzu ein klares Zeichen gesetzt, wie wir miteinander in dieser Gesellschaft leben wollen.

Ich danke dem Team von freiraum e.V. und allen, die an der Vorbereitung und Durchführung mitgewirkt haben.

Interessante Einblicke und einen guten Austausch wünscht

Silvio Witt
Bürgerbeauftragter des Landes M-V

Unsere Partner*innen



Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Bei Fragen gerne an kontakt@freiraum26.de schreiben.
Satz und Layout: Karen Obenauf | Stand: 31.08.2026 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

VERNETZUNGSTAG SEELISCHE GESUNDHEIT SCHWERIN

Angebote zeigen · Gespräche führen · Netzwerk stärken

Eröffnung am 16.10.2026 um 12:00 Uhr

Ort: Perzinasaal

Wismarsche Straße 144 | Schwerin

16.
Oktober
2026

09.10. FREITAG

Eröffnung

„Tage der seelischen Gesundheit 2026“ Schwerin

14 Uhr
Eröffnung durch unseren Schirmherren, den Bürgerbeauftragten Silvio Witt, und eine Performance des Tanztheaters LYSISTRATE.
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

10.10. SAMSTAG

Familiensportfest – für alle und jede*n

11–14 Uhr
Präsentiert von der Lebenshilfe Schwerin
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Sporthalle Berufsschule für Wirtschaft und Verwaltung, Obotritenring 50, Schwerin

In guter Gesellschaft – MC Ocktail präsentiert eine feucht-fröhliche Performance

19 Uhr
Unter Berücksichtigung aller Bollerwagen-Kommandeure und Motorbootfahrenden GesellschafterInnen, nähern wir uns der Frage, wer nimmt das wärmste und süßeste Bad in guter Gesellschaft.
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

11.10. SONNTAG

Lesung „Liebesbriefe von Mister X“ mit Autorin Stefanie Wilhelm

11 Uhr
Eine Geschichte um einen Liebesbetrüger im Internet
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Projektraum Freiraum, Klöresgang 1, Schwerin

Kulturgarten Schwerin präsentiert: Filmchen und Cocktails in der Jurte

17 Uhr
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Wismarsche Str. 282 (Hinterhof), 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

12.10. MONTAG

Kräuterspaziergang mit Anita Rösing vom wertvoll

8 Uhr
Vor der Arbeit die Natur unserer Stadt begrüßen:
Was wächst zu dieser Jahreszeit? Kräutererkundung in den Alltag einbauen.
Mit Anmeldung, freier Eintritt*
Ort: Beginn Spielplatz der Atolle in Schwerin, Franzosenweg 20, Schwerin

„Nichtpodcast-Podcast“ live mit Dr. Winter und Gästen

11–12 Uhr
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

Spaziergang in Lankow

11:00 Uhr
Gemeinsamer Rundgang in Lankow
ohne Anmeldung, freier Eintritt
Treffpunkt: Bibliothek Lankow, Plöner Straße 24, Schwerin
Kontakt: Cordula Manow, cordula.manow@googlemail.com

Nachbarschafts-Café

14–16 Uhr
Nachbarschafts-Café in der neuen inklusiven Begegnungsstätte der Vielfalter gGmbH. Wir freuen uns auf einen schönen Nachmittag mit Ihnen!
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Julius-Polentz-Str. 3a, Schwerin

Collagen-Workshop

15–18 Uhr
„Zusammen bleiben: Wie entsteht Verbindung – in einer vielfältigen und global vernetzten Welt?“ mit Kreativmanufaktur Susanne Utech
Mit Anmeldung, freier Eintritt*
Ort: Komplex Schwerin, Pfaffenstraße 4, Schwerin

13.10. DIENSTAG

Jugend debattiert mit Schülern der 12. Klasse der Niels-Stensen-Schule

9–11 Uhr
Wie kann die mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen besser geschützt werden? Erleben Sie eine spannende Debatte und diskutieren Sie im Anschluss gern selbst mit.
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

Mental Health First Aid Ersthelferkurs YOUTH

9:30 Uhr–16:30 Uhr
*Mit Anmeldung**
Ort: CAT Campus am Turm, Hamburger Allee 124, Schwerin

„Nichtpodcast-Podcast“ live mit Dr. Winter und Gästen

11–12 Uhr
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

Mittagstisch im Wärmeort im Haus „Am Fernsehturm“

12–14 Uhr
Ein warmes Plätzchen, ein leckeres Essen mit herzenslieben 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

Tag der offenen Tür – 10 Jahre Tagesstätte

12–16 Uhr
Kreativität und Geselligkeit in der Tagesstätte. Kreatives Arbeiten mit dem Künstler TO Helbig, Köstlichkeiten aus Pizzaofen und Suppentopf, Musik, Spiel & Spaß.
Anmeldung größerer Gruppen erbeten, freier Eintritt*
Ort: Diakonie Westmecklenburg-Schwerin gGmbH, Alexandrinenstr. 2 (Hinterhaus, Eingang von M.-Wiggers-Str.), Schwerin

Infoabend: Mental Health First Aid Ersthelferkurs YOUTH

17:30–18:30Uhr
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: CAT Campus am Turm, Hamburger Allee 124, Schwerin

Kulturabend „Theaterfest“

19 Uhr freiräumer-Theatergruppe
20 Uhr Schweriner Musical Club
Gemeinsamer Theater-Abend
Ohne Anmeldung, freier Eintritt ab 18:30 Uhr
Ort: Alte Post Berliner Platz, Schwerin

14.10. MITTWOCH

Seniorenfrühstück

9–12 Uhr
vom SOS Kinderdorf e. V.
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Café Kränzchen, Bornhövedstraße 12, Schwerin

Mental Health First Aid Ersthelferkurs YOUTH

10:00 Uhr–16:30 Uhr
*Mit Anmeldung**
Ort: CAT Campus am Turm, Hamburger Allee 124, Schwerin

Elternfrühstück

10 Uhr
Mit Kolleg*innen der Sozialpädagogischen Familienhilfe und Jule Feutlinske Sozialpädagogin KipsFam Vielfalter Schwerin
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Projektraum Freiraum, Klöresgang 1, Schwerin

„Nichtpodcast-Podcast“ live mit Dr. Winter und Gästen

11–12 Uhr
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

Podium – „Welche Gefahr geht von psychischen Erkrankungen aus?“

13–15 Uhr
u. a. mit Ramona Oeding, Bereichsleiterin Wohnen, Vielfalter gGmbH und Frau Prof. Ohls, Carl-Friedrich-Flemming Klinik; moderiert von Gunnar Senst, Arno-Esch-Stiftung
ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

Vortrag Frau Prof. Dr. Ohls

16–18 Uhr
„Individuen und Religiöse Radikalisierung – die verführte Psyche auf der Suche nach Sinn“. Der Fachvortrag widmet sich komplexen Prozessen individueller Radikalisierung an der Schnittstelle von Psyche, sozialem Umfeld und Ideologie.
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

Psychoseseminar

17–19 Uhr
Trialogischer Austausch psychisch erkrankter Menschen, deren Angehörige, Freund*innen oder Partner*innen und Fachleute
Mit Anmeldung, freier Eintritt*
Ort: Raum 1.029 im Packhof 2–6, Stadthaus Schwerin

Konzert: Loma Reqs – Fusion-Beats aus Hamburg

19 Uhr
In der Konzertreihe Misch-Masch, Musik besonderer Herkunftfe, eine Initiative des Miteinander-Ma’an e. V. und des Mecklenburgische Staatstheater kommt die Sängerin Hêja Netirk nach Schwerin. Sie singt auf kurdisch und verbindet Folklore und Elektro-Beats zu einem bestechenden Sound. Groovt mit uns!
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

15.10. DONNERSTAG

Stolpersteinrundgang mit Sabine Klemm

14–17 Uhr
Bei dem Rundgang lernen wir Schicksale von Menschen in Schwerin kennen. Dieser endet im Perzina-Saal mit einem Nachgespräch.
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Treffpunkt: 14 Uhr Am Markt 4, Kaufhaus Kychenthal, heute Rösterei Fuchs

Kulturgarten Schwerin präsentiert: Lesung mit Beate Schöttke-Penke

17 Uhr
Texte zum Thema „In guter Gesellschaft“
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Wismarsche Str. 282 (Hinterhof), Schwerin

„Treff Seelische Gesundheit“ in der Alten Post am Berliner Platz

16:30–18:30 Uhr
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Alte Post Berliner Platz, Schwerin

12min.me – Impulsvorträge

18:30 Uhr
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Coworking Café tisch, Wittenburger Straße 16a, Schwerin

16.10. FREITAG

Vernetzungstag Seelische Gesundheit Schwerin

12–16 Uhr
Angebote zeigen · Gespräche führen · Netzwerk stärken
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

Gemeinsamer Abschluss

18 Uhr
Im Anschluss an die Veranstaltungswoche laden wir Sie herzlich ein diese mit uns Revue passieren zu lassen und den gelungenen Abschluss zu feiern
Ohne Anmeldung, freier Eintritt
Ort: Perzinasaal, Wismarsche Straße 144, Schwerin

***Alle Anmeldungen an kontakt@freiraum26.de**
Irrtümer und Änderungen vorbehalten.
Bei Fragen gerne an kontakt@freiraum26.de schreiben.