

Mitmachen und unterstützen

Helfen Sie uns, die psychische Gesundheit in der Schweiz zu stärken. Es gibt viele Möglichkeiten, wie Sie sich engagieren können: als Mitglied im mental help club, als Spender*in oder als ensa Ersthelfer*in für psychische Gesundheit.

www.promentesana.ch/mitmachen-und-unterstuetzen



In Kooperation mit:



Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana
Fondation Suisse Pro Mente Sana
Fondazione Svizzera Pro Mente Sana

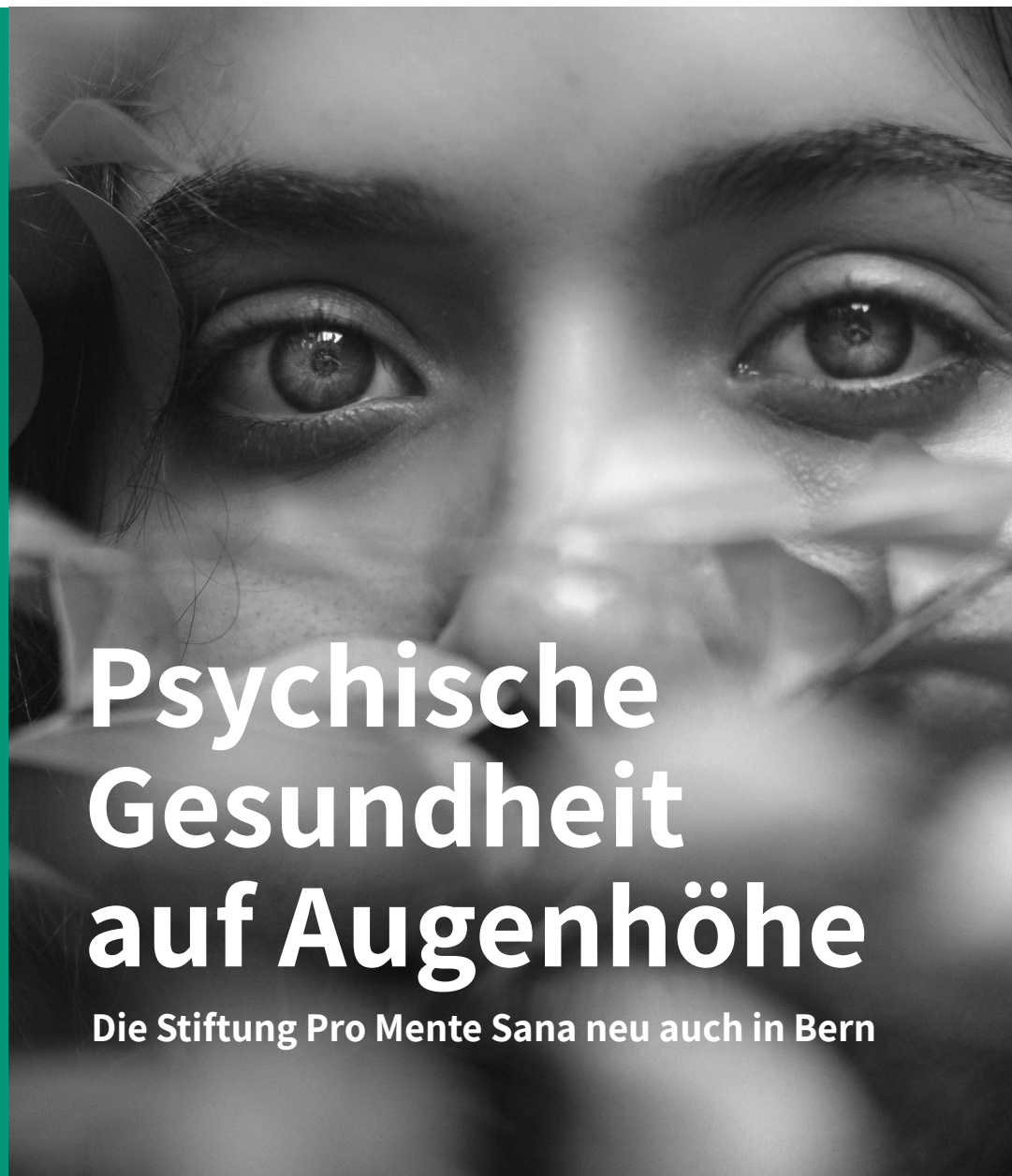
Hardturmstrasse 261
8005 Zürich
Telefon 044 446 55 00
Beratung 0848 800 858 (Normaltarif)

kontakt@promentesana.ch
www.promentesana.ch
IBAN: CH16 0070 0110 0000 6618 6



Psychische Gesundheit auf Augenhöhe

Die Stiftung Pro Mente Sana neu auch in Bern



Programm Eröffnungstage

Die Stiftung Pro Mente Sana kommt neu nach Bern! Gerne laden wir Sie zu unseren Eröffnungsveranstaltungen ein. Es braucht keine Voranmeldung und die Veranstaltungen sind kostenlos (Ausnahme Filmtrialog).

Wir freuen uns auf Sie!

Samstag, 27. August

**11.00 Uhr | Filmtrialog zum Film «Semret» von Caterina Mona
CineMovie, Seilerstrasse 4, 3011 Bern**

Die Schweizer Regisseurin behandelt in dem Sozialdrama auf einfühlsame Art die Geschichte einer geflüchteten Frau aus Eritrea, die ihrer vierzehnjährigen Tochter ein gutes Leben in der Schweiz ermöglichen will.

Ticketverkauf unter www.quinnie.ch

Montag, 12. September

**19.00 Uhr | «Hör auf zu helfen!» – Lesung im Dialog
Kornhausbibliothek, Kornhausplatz 18, 3011 Bern**

Lukas Fries-Schmid lebt in einer kleinen christlichen Gemeinschaft auf dem Sonnenhügel in Schüpfheim, die Menschen in Krisensituationen aufnimmt. Daraus ist das Buch «Hör auf zu helfen» entstanden. Seine Perspektive ist geprägt von der täglich gelebten Spiritualität. Wie schauen Fachleute, Angehörige und Betroffene aus dem Feld Psychiatrie auf seine Gedanken zu Macht und Ohnmacht des Helfens? Welche Impulse nehmen sie aus der Lektüre dieses Buches mit in ihre Welt.

Lesung und Dialog wechseln sich ab, Begegnung wird möglich.

Teilnehmende:

- Christian Burr, Pflegeexperte
- Lukas Fries-Schmid, Autor
- Thomas Ihde, Psychiater und Präsident der Stiftung Pro Mente Sana
- Sirkka Mullis, Angehörige
- Andrea Zwicknagl, Psychiatrieerfahrene und Peer

Die Lesung im Dialog ist eine Kooperationsveranstaltung der Buchhandlung Voirol, der Pro Mente Sana und des Recovery College Bern.

Samstag, 10. September

**Tag der offenen Tür mit Rahmenprogramm
Kornhausforum, Kornhausplatz 18, 3011 Bern**

10.00 – 18.00 Uhr | Ausstellung mit Werken von Kunstschaffenden des Vereins KunstWerkStatt Waldau.

Die KunstWerkStatt bietet auf dem Areal der UPD Waldau betreute Atelierplätze für Menschen mit Psychiatrieerfahrung.

11.00 Uhr | Wir lauschen Lesungen der Edition Unik mit Verena Raaflaub aus «Dunkle Wolken», Silvia-Marisa Gebendinger aus «Lebenswellen» und Katharina Gerber aus «Seelenfenster».

In dem Projekt Edition Unik schreiben Menschen persönliche Texte und gestalten daraus ein eigenes Buch. Die Teilnehmenden werden bis zum fertigen Buch begleitet.

13.00 Uhr | Musik von Stephanie Wenger, Songwriterin, Autorin und Mental Health Aktivistin, mit anschliessendem Gespräch.

14.00 Uhr | Podiumstalk: Psychische Gesundheit auf Augenhöhe – Begegnungen und Gespräche

Teilnehmende:

- Martin Fankhauser, Peer/Aktivist (ganzabNORMAL/Madnesst)
- Naima Ferrante, Psychologin/Aktivistin (Soli Bern)
- Frerk Froböse, Leiter Edition Unik
- Dr. Carlo Imboden, Präsident Verein KunstWerkStatt Waldau
- Jennifer Künzi, Betroffene/Initiantin «fadegrad herzlich»
- Gianni Zuaboni, Projektleiter Recovery College Bern

Moderation: Marcel Wisler, Co-Leiter Kommunikation und Gesundheitsförderung Stiftung Pro Mente Sana

15.30 Uhr | Living Library – Sprich mit Betroffenen.

Die Living Library ist eine öffentliche Veranstaltung. Anstelle von Büchern leiht man an einer Living Library Menschen für ein Gespräch aus.

Teilnehmende:

- Pedro Codes
- Mats Kreienbühl
- Jennifer Künzi
- Curdin Salis Gross
- Andrea Stricker
- Andreas Wisler