

- SA 12.10. BODY BALANCE®
WORKSHOP
Wer: Kirstin Bernstein-Rivers
Wo: Sportpark Elan, Westfalenweg 2, 33332 Gütersloh
Wann: 15:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Bitte bequeme Sportkleidung mitbringen
- SO 13.10. EINE FÜHRUNG DURCH DEN STADTPARK
UND BOTANISCHEN GARTEN
ACHTSAMER PARKSPAZIERGANG
Wer: Larissa Lakämper
Wo: Stadtpark/Botanischer Garten Gütersloh
(Eingang Parkstraße / Ecke Badstraße)
Wann: 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

Die Organisation der 10. Gütersloher Wochen der seelischen Gesundheit wird unterstützt von:



Gütersloher Bündnis gegen Depression e.V.
Buxelstraße 50, 33334 Gütersloh

Unterstützen Sie die Gütersloher Wochen der seelischen Gesundheit und die Arbeit des Gütersloher Bündnisses gegen Depression e. V. durch eine Spende.

Sparkasse Gütersloh-Rietberg, IBAN DE55 4785 0065 0000 4971 40

Hinweis: Bitte informieren Sie sich vor den Veranstaltungen über etwaige Programmänderungen auf der Homepage des LWL-Klinikums Gütersloh unter der Adresse www.lwl-klinik-guetersloh.de. Aktuelle Informationen zu den Gütersloher Wochen der Seelischen Gesundheit finden Sie über das Inhaltsverzeichnis unter »Für Patienten & Angehörige« > »Veranstaltungen«.

Zur Homepage des LWL-Klinikums gelangen Sie ebenfalls über diesen QR-Code:



- SA 28.09. HEIMISCHE SELBSTHILFEGRUPPEN UND DIE BIGS
STELLEN SICH VOR BEIM GÜTERSLOHER WOCHEN-
MARKT
PRÄSENTATIONSSTAND
Wer: BIGS und Selbsthilfegruppen
Wo: Gütersloher Wochenmarkt
Wann: 10:00 Uhr bis 14:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei

- MO 30.09. »HAUPTSACHE GESUND?«
VORTRAG UND DISKUSSION
Wer: Annette Kleine, Pastorin,
Evangelische Krankenhauseelsorge Gütersloh
Wo: Klinikum Gütersloh, Reckenberger Straße 19, 33332 Gütersloh
im Vortragssaal
Wann: 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

- »DAS ANDERE GESICHT – DEPRESSIONEN IM RAMPENLICHT«
LESUNG
Wer: Katty Salié
Wo: Stadtbibliothek Gütersloh, Blessenstätte 1, 33330 Gütersloh
Wann: 19:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

- »FARBEN DER TRAUER«
WORKSHOP
Was: Aktion Malen – Einblicke in die Arbeit der ambulanten Hospiz-
gruppe Verl e.V.
Wer: Ambulante Hospizgruppe Verl e.V.
Wo: Hauptstraße 15, 33415 Verl (Eingang rechts neben der Bibliothek)
Wann: 19:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Anmeldung über die Homepage www.droste-haus.de
oder spontan um 19 Uhr vorbeikommen

10. GÜTERSLOHER WOCHEN
DER SEELISCHEN
GESUNDHEIT

DI 01.10. »DIE HEILSAME KRAFT VON MÄRCHEN«
VORTRAG UND MÄRCHEN ERZÄHLEN
Wer: Ruth Schmidt, Ulrich Kemper
Wo: Evangelischer Kirchenkreis Gütersloh,
Moltkestraße 10, 33330 Gütersloh
Wann: 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

SA 05.10. YOGA WALK
WORKSHOP
Wer: Kirstin Bernstein-Rivers
Wo: Parkbad, Am Parkbad 7, 33332 Gütersloh
Wann: 15:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Bitte bequeme Sportbekleidung mitbringen

MO 07.10. »PUBERTÄT – KEIN GRUND ZUR PANIK!«
VORTRAG UND DISKUSSION
Wer: Pro Familia
Sarah Schlüter (Sozialarbeiterin und Sexualpädagogin),
Almuth Duensing (Sozialpädagogin und Sexualpädagogin)
Wo: Aula der Elly-Heuss-Knapp-Schule,
Moltkestraße 13, 33330 Gütersloh
Wann: 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Zielgruppe: Eltern und andere Interessierte

MI 09.10. »DEATH CAFE«
GESPRÄCHSRUNDE
Wer: Hospiz- und Palliativ-Verein Gütersloh e.V.
Wo: RÖSTWERT Café, Berliner Straße 14, 33330 Gütersloh
Wann: 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

MI 09.10. »DER WEISE SCHMERZ DER SEELE (2021)«
FILMVERANSTALTUNG MIT AUSTAUSCH
IM GESPRÄCH
Wer: Recovery College Gütersloh, Bürgerstiftung Gütersloh
Wo: Kino »bambi & Löwenherz«, Bogenstraße 3, 33330 Gütersloh
Wann: 19:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

DO 10.10. »FAMILIENPLANUNG FÜR FRAUEN«
VORTRAG
Wer: Samira Kablo (GiGel-Gesundheitslotsin),
Almuth Duensing (pro familia)
Wo: Diakonie Gütersloh e.V.,
Kirchstraße 10A, 33330 Gütersloh
Wann: 10:30 Uhr bis ca. 12:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

»DEPRESSIONEN IM KINDES- UND JUGENDALTER«
VORTRAG
Wer: Priv.-Doz. Dr. med. Manuel Föcker
Wo: AOK NORDWEST, Barkeystraße 19, 33330 Gütersloh
Eingang von der Parkhausseite
Wann: 19:00 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

»YOGA UND POSITIVES DENKEN«
WORKSHOP
Wer: Johannes Zoller
Wo: Sprachkursraum, Diakonie Gütersloh e.V.,
Kirchstraße 10A, 33330 Gütersloh
Wann: 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Bitte bequeme Bekleidung mitbringen

FR 11.10. »SCHENKT DIR DAS LEBEN ZITRONEN...«
VERNISSAGE – AUSSTELLUNG –
MITMACHAKTION
Was: Vernissage, Ausstellung, Musik und
Mitmach-Aktion von wertkreis Gütersloh
wertkreis Gütersloh
Wer: RÖSTWERT Café, Berliner Straße 14, 33330 Gütersloh
Wann: 15:00 Uhr Vernissage,
anschließend Ausstellung und Mitmachaktion
Ende um 17:30 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht

KLÄNGE UND ACHTSAMKEIT
WORKSHOP
Was: Klangerfahrung mit Achtsamkeit
Wer: Maria Wöstemeyer Hampe (MBSR-Achtsamkeit
Lehrerin und Klangtherapeutin/Pädagogin,
Klang-Quelle-Verl)
Wo: Klangquelle Verl, Goethestraße 21, 33415 Verl
Wann: 1. Gruppe von 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr
2. Gruppe von 17:15 Uhr bis 18:45 Uhr
Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, Spende erwünscht
Hinweis: Anmeldung bitte per E-Mail
(klangquelleverl@gmail.com)
oder telefonisch **0176 / 72 64 71 35**
oder **05246 / 70 37 40**

SA 12.10. ESSEN FÜR KÖRPER UND SEELE
Gütersloher Bündnis gegen Depression e.V.
Wer: Flussbett Hotel, Wiesenstraße 40, 33330 Gütersloh
Wo: Flussbett Hotel, Wiesenstraße 40, 33330 Gütersloh
Wann: 18:00 Uhr bis 22:00 Uhr
Kosten: 20 € (im Preis sind das Buffet und der Sektempfang
enthalten)