

# **Offensive Psychische Gesundheit**

*Wir machen mit.*



Die  
Bundesregierung



INITIATIVE  
NEUE QUALITÄT  
DER ARBEIT

Gemeinsam offen  
über psychische  
Gesundheit sprechen

15. – 19.  
März 2021

Aktionswoche der Offensive  
Psychische Gesundheit

# Gemeinsam offen über psychische Gesundheit sprechen

## Aktionswoche der Offensive Psychische Gesundheit

Am 5. Oktober 2020 haben das Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS), das Bundesministerium für Gesundheit (BMG), das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und mehr als 50 Partner\*innen aus dem Bereich der Prävention die **Offensive Psychische Gesundheit (OPG)** gestartet. Die Initiative hat sich zum Ziel gesetzt, einen offenen Umgang mit psychischen Belastungen in der Gesellschaft zu fördern. Ein weiteres Anliegen ist die stärkere Vernetzung bereits bestehender Präventions- und Unterstützungsangebote und deren Anbieter. Ein besonderer Fokus liegt auf einem lebensweltübergreifenden Ansatz, denn oft nehmen verschiedene Lebenswelten positiven oder negativen Einfluss auf die Gesundheit, sei es der Arbeitsplatz, die Schule oder Universität, die Familie oder der Freundeskreis. Hinzu kommt, dass die Corona-Pandemie den sozialen Alltag vieler Menschen in ihren Lebenswelten verändert hat und mit zum Teil hohen emotionalen Belastungen verbunden ist.

Genau hier knüpft die Aktionswoche der Offensive an: Im Rahmen von kostenlosen Online-Veranstaltungen werden unterschiedliche Akteur\*innen und Multiplikator\*innen aus dem Bereich der Prävention sowie Expert\*innen für psychische Gesundheit ihr Wissen, ihre Erfahrungen und Hilfsangebote für die verschiedenen Lebenswelten vorstellen. Vom 15. – 19. März 2021 haben Teilnehmer\*innen die Möglichkeit, täglich an kostenlosen Online-Veranstaltungen teilzunehmen. Jede\*r ist herzlich willkommen und eingeladen, von interessierten Privatpersonen über beruflich Interessierte bis hin zu Arbeitgeber\*innen – durch die Vielfalt der Lebenswelten ist für alle etwas dabei.

# Aktionswoche der Offensive Psychische Gesundheit



Den Link zum Livestream der Veranstaltungen finden Sie unter:

<https://inqa.de/DE/vernetzen/offensive-psychische-gesundheit/aktionswoche.html>

## Vorläufiges Programm:

### — Montag 15.03.21

12:30 - 14:00 UHR

Was die Psyche stark macht!

### — Dienstag 16.03.21

11:00 - 12:30 UHR

Arbeitswelt:

Wenn nach Feierabend nichts mehr geht.

### — Mittwoch 17.03.21

11:00 - 12:30 UHR

Senior\*innen:

Wann wird aus dem Alleinsein Einsamkeit?

### — Donnerstag 18.03.21

11:00 - 12:30 UHR

Familie: Wie lange kann man alles geben? Eine gute Vereinbarkeit von Familie und Beruf dient auch der Gesundheit.

### — Freitag 19.03.21

11:00 - 12:30 UHR

Schule & Studium:

Wann wird aus gefordert überfordert?