



Ausgabe 3 | 2025

Infobrief Gesundes Leipzig

Leipziger Woche der seelischen Gesundheit



Deutschlandweit findet vom 10.10. – 20.10. 2025 die Aktionswoche zur seelischen Gesundheit statt. Im Fokus der vom Aktionsbündnis seelischen Gesundheit koordinierten Woche stehen Prävention, Aufklärung, Sichtbarkeit psychosozialer Angebote und viel Raum für Austausch.

Unter dem Motto „**Leipzig lässt Zuversicht wachsen – psychisch stark in die Zukunft**“ finden im September und Oktober verschiedene Veranstaltungen statt.

Das Gesundheitsamt lädt in Kooperation mit der Universität Leipzig und dem Leipziger Bündnis gegen Depression zur Auftaktveranstaltung am **10.10.2025 von 16.30 – 20.00 Uhr** in die Stadtbibliothek ein.

Nach einer feierlichen Eröffnung von Petra Köpping, Sächsische Staatsministerin für Soziales, Gesundheit und gesellschaftlichen Zusammenhalt und Karsten Günther, Geschäftsführer des SC DHFK, erwartet Sie ein vielfältiges Programm. Dies umfasst diverse Formate wie Lesungen, eine Podiumsdiskussion, Workshops sowie Projektvorstellungen und weitere Aktionen.

Zudem bietet die Veranstaltung die Möglichkeit, mit Mitarbeitenden der psychosozialen und psychiatrischen Einrichtungen der Stadt, zum Beispiel aus psychiatrischen Kliniken, psychosoziale Gemeindezentren und Beratungsstellen, über ihre Unterstützungs- und Behandlungsangebote ins Gespräch zu kommen. Für musikalische Untermalung ist durch die junge Leipziger Sängerin CARY CARY ebenfalls gesorgt.

Der Tag bietet eine wunderbare Gelegenheit, sich unverbindlich über die Angebote im Bereich der psychosozialen, psychotherapeutischen und psychiatrischen Versorgung in der Stadt zu informieren und Antworten auf konkrete thematische Fragen zu erhalten.

Weitere Informationen zum Programm finden Sie [hier](#).

Methodenkoffer mentale Gesundheit

Die Relevanz mentaler Gesundheit zeigt sich seit der Coronapandemie und aktueller anhaltender, krisenhafter Veränderung deutlicher denn je. Dies belegen besonders erhobene Daten von Kindern und Jugendlichen und stellt auch Fachkräfte und Ehrenamtliche aus dem Bereich der sozialen Arbeit vor neue Herausforderungen bis hin zu zeitweisen Überforderungen.

Auf Anregung und Mitwirkung von Stadtteilakteurinnen und –akteuren ist eine Material- und Methodensammlung, der „Methodenkoffer mentale Gesundheit“, entstanden. Über 100 methodische, als Orientierungs- und Handlungshilfe gedachte Materialien, stehen zur *kostenfreien Ausleihe* im Gesundheitsamt Leipzig oder dem Deutschen Kinderschutzbund zur Verfügung.

Die Materialien können in der Arbeit mit unterschiedlichen Zielgruppen zum Einsatz kommen: Kinder, Jugendliche, Erwachsene, ältere Menschen.

Eine Materialübersicht und weitere Informationen finden Sie unter www.Leipzig.de/methodenkoffer-mentale-gesundheit.

Kontakt für inhaltliche Fragen:

ulrike.leistner@leipzig.de | Koordinatorin kommunale Gesundheit | 0341 123-6787

Tag der Selbsthilfe

Selbsthilfekontakt- und Informationsstelle Leipzig (SKIS)



© jarmoluk/pixabay.com

Am **16. September 2025** findet erstmalig der **bundesweite Aktionstag der Selbsthilfe** statt – initiiert von der [Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.](#) Das Motto: #GemeinsamStark – Mitmachen und Sichtbarkeit schaffen.

Dafür lädt die SKIS der Stadt Leipzig zu einem besonderen Treffen ins Grüne – mit authentischem Kontakt, Natur und Bewegung ein. Ob Sie mit Ängsten, Einsamkeit, Depression, Sucht, Krankheit, Behinderung oder einer schwierigen Lebenssituation zu tun haben – oder einfach neugierig sind, wie Selbsthilfe in einer geschützten und offenen Atmosphäre aussehen kann: Dann sind Sie herzlich willkommen.

WANN: **16.09.2025, 16:00 bis 17:30 Uhr**

WO: Johannapark Leipzig (Zentrum West)

TREFFPUNKT: Gesundheitsamt Leipzig
Gustav-Mahler-Str. 3

Was Sie erwartet:

- Ankommen mit Stille und Sinneswahrnehmung
- eine gemeinsame Gesprächsrunde
- ein thematischer Spaziergang zu zweit oder dritt
- eine Abschlussrunde mit Raum für Austausch und Verbindung.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Informationen finden Sie unter www.Leipzig.de/selbsthilfekontakt-und-informationsstelle.

Kontakt:

Gesundheitsamt Leipzig, Selbsthilfekontakt- und Informationsstelle (SKIS)
selbsthilfe@leipzig.de | 0341 123-6755



Informationsveranstaltung zum Tag der Selbsthilfe der Kontaktstelle Pflegeselbsthilfe Leipzig

Auch das Pflegenetzwerk Leipzig e. V. gibt anlässlich des Tages der Selbsthilfe eine Informationsveranstaltung rund um das Thema Pflege und Pflege von Angehörigen.

Der Verein stellt seine aktuellen Angebote und Selbsthilfegruppen vor. Er beantwortet Fragen und informiert zu:

- Nachbarschaftshilfe und Pflegeselbsthilfe
- Tagespflege des DASD-Der soziale Dienst GmbH
- Seniorenbesuchsdienst der Stadt Leipzig
- Tageshospiz und
- Brückenteam der Villa Auguste

WANN: **16.09.2025, 15:00 bis 17:00 Uhr**

WO: Pflegenetzwerk Leipzig e. V.
Dombergstraße 2

Anmeldung unter:

Pflegenetzwerk Leipzig e.V.
kontakt@pflegenetzwerk-leipzig.de. | 0341 5832411

Weitere Informationen zum Pflegenetzwerk finden Sie [hier](#).



Leipziger Woche der Demenz

Vom **20.09. bis 27.09.2025** findet in Leipzig die **Woche der Demenz** mit dem bundesweiten Motto „Demenz – Mensch sein und Mensch bleiben“ statt.

In dieser Woche gibt es über die ganze Stadt verteilt zahlreiche bunte und abwechslungsreiche Veranstaltungspunkte rund um das Thema Demenz. Die Demenzfachberatungsstelle des Sozialamtes der Stadt Leipzig hat gemeinsam mit Partnerinnen und Partnern der Leipziger Kooperation Pflege (LeiKoP) ein vielfältiges Programm zum Informieren, Ausprobieren und Mitmachen zusammengestellt.

Was Sie erwartet:

- Information/Wissen
- Musik
- Gedächtnistraining/Spiel
- Kultur/Film/Lesung
- Entspannung
- Kreatives
- Bewegung
- Natur/Tier

Ausführliche Informationen zur Veranstaltung finden Sie unter www.Leipzig.de/demenzberatung.

11. Tag der Seniorinnen und Senioren

Das Sozialamt der Stadt Leipzig lädt zum nunmehr elften Mal zum Tag der Seniorinnen und Senioren ein. Die kostenfreie Veranstaltung findet am **22. Oktober 2025 von 09:30 bis 15:30 Uhr** im Neuen Rathaus statt.

Der Tag steht unter dem inhaltlichen Schwerpunkt „Digitalisierung im Alter“. Unter dem konkreten Motto **„Mein Smartphone lob ich mir... Es ist klein und bildet seine Leute“** wird es vielfältige Einblicke in die digitale Welt, mit verschiedenen Möglichkeiten zum Informieren, Ausprobieren und Mitmachen geben.

Eröffnet wird der Aktionstag mit einer Rede von Oberbürgermeister Burkhard Jung und der neuen Seniorenbeauftragten Dr. Christiane Schönknecht.

Der Vormittag hält interessante wissenschaftliche Beiträge von Prof. Dr. Kristina Barczik (TU Dresden) und dem Verein „Gemeinsam digital“ parat. Ergänzt werden die Impulse durch die Vorstellung digitaler Angebote der Stadt Leipzig. Auch eine humorvolle Annäherung an das Thema wird geboten. Am Nachmittag wird es praktisch: In Form von 1-zu-1-Mediensprechstunden sowie Übungen mit dem eigenen Smartphone. Auch die Themen „eID-digitale Antragstellung“, „Sicherheit im Internet“ oder „Künstliche Intelligenz im Alter“ werden gemeinsam vor Ort beleuchtet.

Parallel lädt ein Markt der Möglichkeiten in den Wandelhallen zum Erkunden und Austausch mit vielen Projekten und Angeboten der Stadt ein.

Eine Anmeldung für die Veranstaltung ist nicht nötig. Lotsinnen unterstützen vor Ort. Ein barrierefreier Zugang ist vorhanden. Für einen Begrüßungskaffee sowie Mittagsangebot gegen ein kleines Entgelt ist ebenfalls gesorgt.

Weitere Informationen zur Veranstaltung unter www.leipzig.de/tag-der-seniorinnen-und-senioren

Kontakt:

Sozialamt Leipzig, Offene Seniorenarbeit
offene.seniorenarbeit@leipzig.de | 0341 23-8338/
123-4597



© Christiane Eiser/transit

Auch das Gesundheitsamt wird an diesem Tag u. a. durch die SKIS, die Gesundheitsförderung und die Impfstelle vertreten sein.

Von 9:00 bis 12:00 Uhr besteht die Möglichkeit, individuelle Fragen zu Impfungen zu klären und auf Wunsch direkt vor Ort eine **Grippeschutzimpfung** zu erhalten. So können die Besucherinnen und Besucher gesund und gut vorbereitet in die kältere Jahreszeit gehen. Für die Inanspruchnahme des Angebots werden die Krankenversichertenkarte, der Impfausweis sowie – falls vorhanden – der aktuelle Medikamentenplan benötigt.

Jahrestagung Gesundes Leipzig

Noch Freie Plätze



© freepik

Das Gesundheitsamt und das Amt für Stadtgrün und Gewässer laden am **15. September 2025** von 9:00 bis 16:00 Uhr zur Jahrestagung Gesundes Leipzig mit dem Titel **Zusammenwirkt! Umwelt, Klima, Natur & Gesundheit** ein.

Der Fachtag wird in enger Kooperation mit dem Botanischen Garten der Universität Leipzig, Verde gesund und dem Stadt-Umland Landschaftspflegeverband organisiert. Die Veranstaltung ist kostenfrei und richtet sich an Multiplikator/-innen, Fachpersonal, Engagierte und Interessierte.

WANN und WO:

Teil I, 8:00 bis 12:00 Uhr
Volkshochschule Leipzig, Löhrstr. 3-7, Raum 305

Teil II, 13:00 bis 16:00 Uhr
Botanischer Garten, Linnéstr. 1, Außengelände

Weitere Informationen zur Veranstaltung sowie die Möglichkeit der [Anmeldung](#) unter www.leipzig.de/jahrestagung-gesundes-staedte-netzwerk

Zu guter Letzt

„Die Jugend ist ein Geschenk der Natur, aber das Alter ist ein Kunstwerk.“

Stanislaw Jerzy Lec

Impressum:

Herausgeber: Stadt Leipzig, Gesundheitsamt
V.i.S.d.P.: Constanze Anders
Redaktion: Dr. Karoline Schubert, Dorothea Wels
Red.Schluss: 25.08.2025

Die Inhalte der einzelnen Artikel liegen im Verantwortungsbereich der jeweils genannten Autor/-innen und spiegeln nicht zwangsläufig die Meinung des Herausgebers oder der Redaktion wider. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich. **Abbestellung:** Sie möchten den Infobrief Gesundes Leipzig abbestellen? Schreiben Sie bitte an gesunde-stadt@leipzig.de