

Die Biberacher Tage für seelische Gesundheit
gibt es seit 2011.

Die Veranstaltungsreihe wird jedes Jahr im Oktober organisiert – weil am 10. Oktober der Welttag der seelischen Gesundheit ist. Hierfür haben sich eine ganze Reihe von Veranstaltern zusammengeschlossen.

Ansprechpartnerin

Daniela Glaser, Landratsamt Biberach
Kommunale Beauftragte für die Belange
von Menschen mit Behinderung
07351 52-7377, daniela.glaser@biberach.de

Veranstalter

AGUS – Angehörige um Suizid
bela e.V. gGmbH – begleiten.leben.arbeiten
Familien-Bildungsstätte Evangelische Kirche Biberach/Riß
Gemeindepsychiatrisches Zentrum Biberach
Katholische Betriebsseelsorge Dekanat Biberach
Katholische Erwachsenenbildung Dekanate
Biberach und Saulgau e.V.
KIGS – Kontakt und Informationsstelle für gesundheitliche
Selbsthilfegruppen Biberach
Landratsamt Biberach
St.-Elisabeth-Stiftung
Volkshochschule Biberach
Zentrum für Psychiatrie Südwürttemberg
ZiL – Zurück ins Leben e.V.

Biberacher Tage für seelische Gesundheit

10.10.2025 bis 23.10.2025



Psychisch stark in die Zukunft

Infos für Fachkräfte, für Laien
und für alle, die das Thema interessiert.

Mit Vorträgen, Experten, Gesprächen,
Yoga und Workshops.



Mehr Informationen

www.seelische-gesundheit-bc.de

Psychisch stark in die Zukunft

Jubiläumsfeier des Gemeindepsychiatrischen Zentrums Biberach

„Alle unter einem Dach“ – so startete im Januar 2015 das Gemeindepsychiatrische Zentrum Biberach. Jetzt wird zehnjähriges Bestehen gefeiert. Eingeladen sind alle, die das GPZ nutzen oder kennenlernen wollen.

Freitag, 10. Oktober 2025, 18 bis 22 Uhr

Gemeindepsychiatrisches Zentrum Biberach, Saulgauer Straße 51, Speisesaal

Coffee and Conversation

Gesprächsangebot auf dem Wochenmarkt

Kaffee trinken und ins Gespräch kommen: Beim Coffee-Bike auf dem Wochenmarkt gibt es kostenlosen Kaffee sowie Infos rund um seelische Gesundheit. Wer möchte, findet nette Ansprechpartner auch für persönlichere Fragen.

Samstag, 11. Oktober 2025, 10 bis 13 Uhr

Marktplatz Biberach

„Probleme sind auch keine Lösung“

Comedy-Show mit der Diplom-Psychologin Vera Deckers in Kooperation mit dem Kulturamt Biberach

Jeden Tag 88 Mal aufs Handy schauen, ständig erreichbar sein, nach Likes und Herzchen gieren. Vera Deckers durchleuchtet Kommunikationsmuster und zeigt, in welche Fallen man tappt. Sie provoziert, fragt, lässt das Publikum herzlich lachen. Es gibt auch Lösungen bei dieser Comedy mit psychologischem Fachwissen.

Samstag, 11. Oktober 2025, 20 Uhr

Komödienhaus Biberach, Viehmarkstraße 10

22,50 Euro Eintritt. Tickets unter kartenservice@biberach-riss.de oder 0751 29555777

Wer hilft, wenn der Einstieg ins Berufsleben schwerfällt?

Vorstellung verschiedener Beratungsangebote

Wenn junge Menschen aus der Schule in Ausbildung oder Beruf wechseln, kann der Übergang schwerfallen. Der Info-Abend richtet sich an diejenigen, die den Übergang nicht „einfach so“ meistern – und an alle, die sie begleiten. Integrationsfachdienst, Agentur für Arbeit und Zentrum für Psychiatrie zeigen, wo es Hilfen gibt.

Dienstag, 14. Oktober 2025, 18 Uhr

Volkshochschule Biberach, Schulstraße 8, Raum 17

Eine persönliche Resilienz-Reise

Infos und Impulse für alle Altersgruppen

Was bedeutet Resilienz – und wie fühlt sie sich an? Die Referentin nimmt Sie mit auf ihre persönliche Reise und macht Resilienz erlebbar. Der Abend bietet kompakte Infos, einfache Übungen und alltagstaugliche Impulse.

Referentin Lisa Fey ist zertifizierte Resilienz-Trainerin

Donnerstag, 16. Oktober 2025, 18 Uhr

Café Taayaz in Biberach, Marktplatz 42

Mackenbaracke

Bühnen-Gespräch über bipolare Störung und andere Tabus

Die Schauspielerin Barbara Dussler ist bipolar. Heute redet sie offen darüber, mit ihrem Ex-Partner Max Eicke, der nicht bipolar ist. Es geht um Tabus für Betroffene und Angehörige. Sie beantworten Fragen, nehmen Ängste und verpassen dem Stigma einen Tritt in den Hintern.

Freitag, 17. Oktober 2025, 19 bis 20.30 Uhr

Stadtbuchhandlung Biberach, Schrannenstraße 4

10 Euro Eintritt

Stark im Ehrenamt: mit Stress umgehen und mental gesund bleiben

Schulung in Kooperation mit der TG Biberach

Sich in einem Ehrenamt engagieren? Das ist wertvoll, aber auch herausfordernd. Diese Schulung zeigt, wie man achtsam mit sich selbst umgeht, Resilienz aufbaut, die eigenen Grenzen klar erkennen und kommunizieren kann.

Referentin Verena Jörg ist Gesundheitswissenschaftlerin.

Samstag, 18. Oktober 2025, 9 bis 13 Uhr

Vereinsheim der TG Biberach, Adenauerallee 11

10 Euro Gebühr, Anmeldung unter <https://doo.net/veranstaltung/193152/buchung>



Hatha-Yoga bringt Leichtigkeit und Entspannung

Einfache Übungen mit Louisa Koch

Egal wie alt, egal wie fit – es gibt Yoga-Übungen, die allen Menschen guttun können. Sie helfen, die innere Balance zu halten, wirken Stress entgegen und bringen mehr Leichtigkeit. Louisa Koch ist Yoga-Lehrerin und Heilpraktikerin für Psychotherapie.

Samstag, 18. Oktober, 14.30 bis 16.30 Uhr

Martin-Luther-Gemeindehaus Biberach, Waldseer Straße 20

10 Euro Gebühr. Anmeldung über info@fbs-biberach.de oder 07351 75688

Bitte bequeme Kleidung, Matte, Sitzhocker oder -kissen mitbringen

Systemsprenger

Ein Kind mit unkontrollierbarer Wut – Film und Diskussion

Ein neunjähriges Mädchen hat so extreme Wutanfälle, dass es nicht mehr bei seiner Mutter leben darf. Auch soziale Einrichtungen scheitern. Der Film macht mehrere Perspektiven erlebbar, keine wird verteufelt: Kind, Mutter, Erzieher, auch Ämter und Betreuer, die zu helfen versuchen. Nach dem Film gibt es eine moderierte Diskussion mit Fachleuten.

Donnerstag, 23. Oktober 2025, 19 Uhr

Cineplex Biberach, Waldseer Straße 3

10 Euro Eintritt für Erwachsene, 5 Euro für Kinder und Jugendliche