



Ein Film von Andrea Rothenburg

REDEN UND REDEN LASSEN

Seelische Gesundheit und Selbsthilfe

**Ev. Huyssens Stiftung
05.11.2025 - 18.00 Uhr
Essen-Huttnrop**

Filmveranstaltung mit Diskussion

mit den SELBSTHILFEGRUPPEN **BIPOKISTE AUGSBURG, POLARLICHTER PIRNA UND JUNGE SELBSTHILFE BERLIN**

REGIE **ANDREA ROTHENBURG** KAMERA SCHNITT **ANDREA ROTHENBURG, OSSWALD KRIENKE**

TON **OSSWALD KRIENKE** MUSIK **RAY FORMOSA, MAGGY** PRODUKTION **PSYCHIATRIE-FILME**



www.psychiatrie-filme.de



Selbsthilfe kann Leben verändern – und genau das zeigt diese bewegende Dokumentation. „Reden und reden lassen“ nimmt uns mit zu Menschen, die den Mut gefunden haben, über bipolare Störungen, Depressionen, Ängste, Traumata, Süchte und andere seelische Belastungen zu sprechen. Offen, ehrlich und berührend erzählen sie, was es bedeutet, in einer Selbsthilfegruppe anzukommen, zuzuhören, zu sprechen, verstanden zu werden und wieder neuen Halt zu finden. Der Austausch kann zur Stabilisierung, zur Rückkehr in die Eigenständigkeit und zur Stärkung psychischer Widerstandskraft beitragen.



Der Film zeigt, wie kraftvoll Gemeinschaft sein kann: Wenn Worte Brücken bauen, Schweigen gebrochen wird und gegenseitige Unterstützung neue Stärke schenkt. „Reden und reden lassen“ ermutigt auch Angehörige, nicht allein zu bleiben. Ganz nach dem Motto: Gemeinsam weniger einsam.

Film und Diskussion

05. November 2025 • 18.00 Uhr

Evang. Huyssens-Stiftung • Cafeteria
45136 Essen-Huttrop • Henricistr. 92

www.kem-med.com • www.psychiatrie-filme.de



BARMER



Evang. Kliniken
Essen-Mitte

