

Herzlich willkommen zur Woche der mentalen Gesundheit

Digitale Live-Events vom 6. bis 10. Oktober 2025



Es erwarten Sie:

- 5 Tage voller Wissen
- 45 inspirierende Vorträge, Impulse & Mitmachangebote
- Expertenwissen rund um unsere mentale Gesundheit und angrenzende Themen
- 4 exklusive Live-Talks mit renommierten Gästen

Themen sind beispielsweise:

- Alles nur im Kopf? – Neue Erkenntnisse aus der Schmerzforschung
- Zeit für Dich – Kurzmeditation für mehr Achtsamkeit
- Generation Stress – Wodurch junge Menschen heute besonders belastet sind
- Nie mehr aufschieben! – Prokrastination erfolgreich überwinden
- Zwischen Likes und Selbstwert – Wie Eltern ihre Kinder sicher durch Social Media begleiten
- Mentale Stärke im Einsatz – Die Macht der Gedanken und positive Einstellung für mehr Resilienz
- Wir müssen reden! – Blinde Flecken in der Kommunikation
- Neurodiversität verstehen – Wir denken alle anders

Über den QR-Code können Sie das gesamte Programm einsehen.

Sie möchten teilnehmen?

- ✓ Seite über den QR-Code aufrufen
- ✓ Klicken Sie auf „jetzt einloggen oder registrieren“
- ✓ E-Mailadresse eingeben
- ✓ Passwort eintragen
- ✓ Wunschveranstaltungen auswählen und den persönlichen Wochenplan erstellen
- ✓ Die Kosten trägt die hkk

Bei Fragen wenden Sie sich an bgm@hkk.de



Gut zu wissen:

Alle Veranstaltungen stehen noch 14 Tage nach der Woche der mentalen Gesundheit auf Abruf zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Sie!

Sie erreichen die Website ebenfalls über: hkk.mental-health-week.de.
Für die Registrierung benötigen Sie den Zugangscode: [hkkmhw2025](#)

A red circular badge with a white dotted border. Inside, the text 'BGM' is in large white letters, and 'Extra' is in smaller white letters below it.

**BGM
Extra**