**Pressemitteilung**

# International Mental Health Days 2026: Gemeinsam für psychische Gesundheit in Freudenstadt

**Zwei Veranstaltungstage für Führungskräfte, Unternehmen und die gesamte Bevölkerung am 9. und 10. Oktober im Campus Schwarzwald**

**Freudenstadt, 16.9.2026:** Psychische Gesundheit ist eine wichtige Grundlage für Lebensqualität, gesellschaftlichen Zusammenhalt und einen zukunftsfähigen Wirtschaftsstandort. Unter dem Leitgedanken „Früher hinschauen. Miteinander sprechen. Verständlicher machen." laden die International Mental Health Days 2026 zu fachlichen Impulsen, persönlichem Austausch und praktischen Einblicken in die Psychiatrie und Psychotherapie ein.

## Fachlicher Austausch für Führungskräfte und Unternehmen

Am **Freitag, 9. Oktober 2026**, stehen die besonderen Herausforderungen von Menschen in Führungsverantwortung im Mittelpunkt. Die Veranstaltung bietet einen vertraulichen Rahmen für geladene Führungskräfte und Unternehmer, um sich mit Fachleuten auszutauschen und neue Perspektiven auf psychische Gesundheit im Arbeitsleben zu gewinnen.

Thematisiert werden unter anderem persönliche Stressresilienz, der Umgang mit Krankenständen sowie die Bedeutung eines wirksamen Betrieblichen Gesundheitsmanagements. Ziel ist es, Impulse für einen gesundheitsfördernden Führungsalltag zu geben und Unternehmen bei der Entwicklung einer nachhaltigen Unternehmenskultur zu unterstützen.

Gerade in Zeiten wirtschaftlicher Unsicherheit und komplexer Veränderungsprozesse sind gesunde und leistungsfähige Mitarbeitende ein wichtiger Erfolgsfaktor. Die Mental Health Days fördern den Dialog zwischen Gesundheitswesen und Wirtschaft und stärken damit die Zukunftsfähigkeit des regionalen Wirtschaftsstandorts.

## Offener Veranstaltungstag für die gesamte Bevölkerung

Am **Samstag, 10. Oktober 2026, von 13:00 bis 17:00 Uhr** öffnet der Campus Schwarzwald seine Türen für alle Interessierten. Der Eintritt ist frei, um Registrierung für eine bessere Planbarkeit wird gebeten unter https://mental-health.network/imhd2026/ .

Ob aus persönlichem Interesse, als Angehörige oder Angehöriger, als Betroffene oder Betroffener oder aus beruflicher Motivation – alle sind eingeladen, sich zu informieren, Fragen zu stellen und mit Fachleuten ins Gespräch zu kommen.

Das Programm vermittelt verständliche Informationen und praktische Einblicke in unterschiedliche Bereiche der psychischen Gesundheit. Dazu gehören unter anderem:

- Psychiatrie und Psychotherapie: Einblicke in die Arbeit der Psychotherapiestation am Klinikum Landkreis Freudenstadt.
- Depression und Demenz: Informationen zu Krankheitsbildern, Unterstützungsmöglichkeiten und dem Umgang mit Betroffenen.
- Praktische Therapieeinblicke: Theatertherapie, Musiktherapie und Aromatherapie zeigen unterschiedliche Zugänge zu Körperwahrnehmung, Gedanken und Wohlbefinden.
- Kunst mit persönlicher Geschichte: Werke von Patientinnen und Patienten geben Einblicke in individuelle Entwicklungswege.
- Austausch auf Augenhöhe: Fachleute aus Medizin, Psychologie, Pflege und Spezialtherapie stehen für Gespräche zur Verfügung.

## Ein gemeinsamer Beitrag für Stadt, Landkreis und Region

Die International Mental Health Days leisten einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsförderung in Freudenstadt und im Landkreis. Sie machen psychische Gesundheit verständlicher, bauen Berührungsängste ab und fördern den gesellschaftlichen Zusammenhalt.

Für die Stadt und den Landkreis bieten sie zugleich eine Plattform, um die Bedeutung regionaler Gesundheitsangebote sichtbar zu machen und die Zusammenarbeit zwischen Gesundheitswesen, Wirtschaft und Gesellschaft zu stärken. Damit entsteht ein Mehrwert, der über die Veranstaltungstage hinauswirken kann.

Veranstaltet werden die International Mental Health Days vom International Mental Health Network for Expatriates e. V. in Zusammenarbeit mit weiteren fachlichen Partnern, darunter das Klinikum Landkreis Freudenstadt, die Tübinger Akademie für Verhaltenstherapie (TAVT) und die Tübinger Akademie für Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie (TAKT). Die Schirmherrschaft übernehmen Oberbürgermeister Adrian Sonder und Landrat Andreas Junt.

Bildunterschrift (v.l.n.r.) Landrat Andreas Junt, Dr. Fei Hong - Initiatorin und Gründungspräsidentin, International Mental Health Network for Expatriates e.V., Oberbürgermeister Adrian Sonder

Foto: Jasmin Schmieder, Stadt Freudenstadt