

Graz, am 22.10.2025

Tag(e) der seelischen Gesundheit bei pro mente steiermark – eine Rückschau

pro mente steiermark hat den Welttag der psychischen Gesundheit mit mehreren Aktionen und Events zelebriert – und das über die steirischen Grenzen hinaus.

Jährlich am 10. Oktober stehen anlässlich des Welttages der psychischen Gesundheit die Aufrechterhaltung und Förderung des eigenen psychischen Wohlbefindens sowie die allgemeine Informationsgabe und das Wissen um bzw. über psychische Erkrankungen im Vordergrund, um nach wie vor bestehende Vorurteile abzubauen.

pro mente steiermark hat in diesem Jahr gleich mit mehreren Aktionen und Events diesen Welttag zelebriert, beginnend mit einer unternehmensinternen Challenge: In der „Bewegungswoche“ von 06.10. bis 10.10. wurden die Mitarbeiter*innen, aber auch alle Teilnehmer*innen, Bewohner*innen und Kund*innen von pro mente dazu angehalten, die aktiven Minuten in dieser Zeit zu dokumentieren. Diese Minuten wurden mittels IT-Tool in Kilometer umgewandelt und auf der Website des Unternehmens auf einer Karte abgebildet. „Ziel war es, dass alle Standorte von pro mente von unserer Zentrale aus innerhalb dieser Woche erreicht werden können“, erzählen die Geschäftsführerinnen Barbara Haas und Bettina Vögl. Und das sind immerhin ca. 1.086,3 Kilometer, weswegen die Freude groß war, als ebendieses Ziel bereits am Mittwoch, 08.10., erreicht werden konnte – und auch darüber hinaus: Bis zum Ende der Bewegungswoche am 10.10. wurden insgesamt 2.736,6 Kilometer zurückgelegt, womit alle Standorte von der Zentrale aus zwei Mal vollständig erreicht werden konnten und zusätzlich 564 Kilometer verzeichnet wurden.

#aktivbleiben war auch das Motto der Aktion am Grazer Hauptplatz am Donnerstag, 09.10.: Mitarbeiter*innen von pro mente haben in der Innenstadt einen Informationsstand platziert und mit vorbeigehenden Passant*innen über gesundheitswirksame Bewegung für mehr psychische Gesundheit gesprochen. Tipps, wie mehr Bewegung in den Alltag integriert werden kann, wurden so im direkten Gespräch und mittels eines Pocketguides – einer kleinen faltbaren Karte – weitergegeben.

Am 10.10., dem Tag der psychischen Gesundheit, nahm pro mente steiermark an der großen gleichnamigen Informationsveranstaltung der Stadt Graz teil und informierte am Nachmittag in den AK Kammersälen über die Hilfsangebote von pro mente steiermark und über psychische Gesundheit im Allgemeinen. Daneben wurden die großzügigen Räumlichkeiten auch dafür genutzt, ausgewählte Werke der aktuellen „Innenwelt“-Kunstaussstellung von pro mente steiermark zu präsentieren – mit großem Zuspruch der Besucher*innen. Die Kunstaussstellung „Innenwelt V – What a dream“ kann noch bis 24.10. in der Sporgasse 29b der Grazer Innenstadt immer mittwochs bis freitags besucht werden.

Und schließlich wurden die Tage der seelischen Gesundheit von pro mente steiermark in der darauffolgenden Woche fortgesetzt, indem die beliebte Erlebnisausstellung „Psyche erleben“ in Kooperation mit der pro mente Gruppe Kärnten im Klagenfurter Messezentrum präsentiert wurde: Von 14.10. bis 16.10. konnten Besucher*innen die Erlebnisobjekte zu Depression, Schizophrenie und Alkoholsucht selbst ausprobieren und so hautnah erleben, wie sich diese psychischen Erkrankungen anfühlen könnten.

Somit hat pro mente steiermark mit mehreren Aktionen und Events rund um den 10.10. – den Welttag der psychischen Gesundheit – ebendiese intensiv in den Vordergrund gestellt mit dem Ziel, das Thema noch stärker in der Gesellschaft zu verankern und für psychisches Wohlbefinden – dessen Förderung und Aufrechterhaltung – zu sensibilisieren.

Über pro mente steiermark GmbH

Das psychosoziale Dienstleistungsunternehmen pro mente steiermark GmbH unterstützt Menschen mit psychischen Erkrankungen durch eine Vielfalt an Hilfsangeboten dabei, außerhalb einer stationären Versorgung beruflich wieder Fuß zu fassen und sich gesundheitlich zu stabilisieren. Angebote zur beruflichen Rehabilitation, tagesstrukturierenden und stundenweisen Beschäftigung, zum betreuten Wohnen, zur mobilen sozialpsychiatrischen Betreuung, Forensik, Gesundheit am Arbeitsplatz, zur Diagnostik und zur Beratung sowie zu Sport und Bewegung, zur betrieblichen Gesundheitsvorsorge und zu Bildung sollen dabei eine umfassende Betreuung, abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse einer jeden Person, ermöglichen und eine selbstbestimmte Lebensgestaltung fördern.

pro mente steiermark GmbH

Eisteichgasse 17, 8042 Graz

T: +43 5 0441 - 0, Fax: +43 5 0441 - 216

E: zentrale@promentesteiermark.at

W: www.promentesteiermark.at

Pressekontakt

pro mente steiermark GmbH

Stefanie Veith, BA MA

Public Relations & Marketing

Eisteichgasse 17, 8042 Graz

T: +43 5 0441 - 219

E: stefanie.veith@promentesteiermark.at



Bildhinweise: Mitarbeiter*innen und Teilnehmer*innen, Bewohner*innen und Kund*innen von pro mente haben im Zuge der Bewegungswoche aktive Minuten gesammelt und auf einer interaktiven Karte abgebildet (<https://www.promentesteiermark.at/aktivbleiben-bewegungswoche-bei-pro-mente-steiermark/>)

credits: pro mente steiermark GmbH



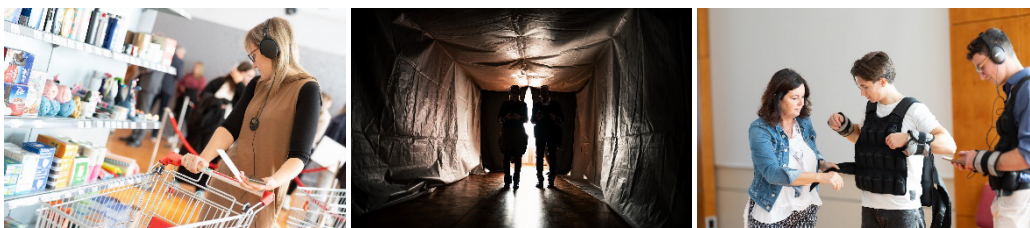
Bildhinweise: Bei der Aktion am Grazer Hauptplatz hat das pro-mente-Team über psychische Gesundheit und insbesondere über die Wichtigkeit von Bewegung und Sport für das psychische Wohlbefinden informiert.

credits: pro mente steiermark GmbH



Bildhinweise: Beim „Tag der seelischen Gesundheit“ von der Stadt Graz stellte pro mente steiermark das Unternehmen und Angebot vor, präsentierte aber auch Kunstwerke der aktuellen „Innenwelt“-Kunstausstellung.

credits: pro mente steiermark GmbH



Bildhinweise: Gemeinsam mit der pro mente Gruppe Kärnten hat pro mente steiermark die Erlebnisausstellung „Psyche erleben“ in Klagenfurt präsentiert.

credits: pro mente Gruppe Kärnten