INHALTLICHE HINWEISE ZUR Ausstellung „UNSICHTBAR VERBUNDEN“

Die Inhalte der Ausstellung enthalten Darstellungen (in Wort und Bild) zu folgenden Themen: Suizidalität, körperlicher, seelischer oder sexualisierter Gewalt, selbstverletzendem Verhalten, psychischen Erkrankungen, Tod und weiteren schweren Krisen.

Diese Themen und Konflikte gehören zum Alltag vieler Menschen. Die Ausstellung will dazu beitragen, diese Realitäten und den damit verbundenen Schmerz zu enttabuisieren und entstigmatisieren, damit Betroffenen schneller und effektiver geholfen werden kann.

Wir verstehen es als eine der Aufgaben der Kunst, komplexe gesellschaftliche, soziale und politische Themen über eine sinnliche Ebene zu vermitteln und erlebbar zu machen, um damit eine bewegende Erfahrung für alle Teilnehmenden zu schaffen.

Die Sensibilisierung jedes Menschen ist unterschiedlich und durch die eigene Historie geprägt. Daher kann es vorkommen, dass einige Menschen sensibler auf Themen reagieren als andere. Wir haben den Künstler*innen selbst überlassen, ob sie ihre Kunstwerke mit einer inhaltlichen Warnung oder Einordnung versehen oder nicht und diese Entscheidung respektiert, da wir die Kunstfreiheit wahren wollen und müssen.

Wir bitten Dich darum, selbstbestimmt zu entscheiden, ob und wie intensiv Du Dich diesen Themen und Kunstwerken aussetzen willst und bitten Dich, Dir gegebenenfalls Unterstützung und Hilfe zu holen. Solltest Du mitbekommen, dass jemand in Deiner unmittelbaren Umgebung Hilfe benötigt, zögere bitte nicht, diese Person anzusprechen und zu erfragen, wie Du ihr helfen kannst.

Gleichzeitig sehen wir es als Projekt für mentale Gesundheit in unserer Verantwortung, auf bestehende Hilfsangebote und Anlaufstellen bei psychischen Krisen, unabhängig von der Schwere, hinzuweisen:

In akuten Krisen oder bei Suizidalität: 112 (Rettungsdienst) oder 110 (Polizei)

Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116117

Nummer gegen Kummer (Eltern): 0800-111-0-550 oder www.nummergegenkummer.de

Nummer gegen Kummer (Kinder und Jugendliche): 116111 oder

0800-111-0-333 oder nummergegenkummer.de

Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen: 0800-116016 oder www.hilfetelefon.de

Hilfe-Telefon Gewalt gegen Männer: 0800-1239900 oder www.maennerhilfetelefon.de

Hilfe-Portal und Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch: 0800-2255530 oder www.hilfe-portal-missbrauch.de

Telefonseelsorge: 0800-111-0-111 oder 0800-222-0-222

Nora Notruf App: www.nora-notruf.de

Peer4U: www.peer-for-you.de

SeeleFon: 0228 71002424 oder www.bapk.de/angebote/seelefon.html

Bei Fragen rund um eine psychotherapeutische Behandlung ist Deine Hausärztin oder Dein Hausarzt in der Regel die erste Anlaufstelle.

Eine erste Übersicht über psychotherapeutische Angebote bietet die

Website www.therapie.de