

Pressemitteilung

[Bündnis gegen Depression in der Region Hannover und Klinikum Wahrendorff laden ein](#)

Bewegung und Literatur im Zeichen der seelischen Gesundheit

Sehnde-Köthenwald/Sehnde-Ilten, 25. Februar 2026

Das Klinikum Wahrendorff setzt im Bündnis gegen Depression in der Region Hannover erneut ein klares Zeichen: Es klärt auf, baut Vorurteile ab und fördert den Dialog über psychische Erkrankungen. Am Mittwoch, 18. März 2026, lädt es zu zwei kostenfreien Veranstaltungen ein, die verschiedene Perspektiven auf seelische Gesundheit eröffnen.

Aktiv vs. Depressiv – Bewegungstherapie im Fokus

Den Auftakt macht von 15:00 bis 17:00 Uhr ein Vortrag mit anschließender Führung durch den modernen Sport- und Therapiebereich des Klinikums in Sehnde-Köthenwald. Unter dem Titel „Aktiv vs. Depressiv – Bewegungstherapie in der teil- und vollstationären Behandlung psychischer Erkrankungen“ erklärt das Team der Sporttherapie, wie körperliche Aktivität nachweislich die Psyche stärkt.

Studien belegen: Bewegung regt die Ausschüttung stimmungsaufhellender Neurotransmitter an, stabilisiert emotional und steigert das Wohlbefinden. Im Klinikum Wahrendorff gehört Bewegungstherapie deshalb fest zu den modernen Behandlungskonzepten.

Nach dem Vortrag können Besucherinnen und Besucher bei einer Führung die Therapieräume und -strukturen vor Ort kennenlernen.

Veranstaltungsort:

Wahrendorff Klinikum Köthenwald
Matthias-Wilkening-Weg 6
31319 Sehnde-Köthenwald

Der Eintritt ist frei. Anmeldung per E-Mail an

marcel.wendt@wahrendorff.de oder über die Website: www.wahrendorff.de/veranstaltung/

Literatur-Sprechstunde: „Die Erfinderin der Freiheit“

Von 17:15 bis 19:30 Uhr lädt das Klinikum Wahrendorff im Veranstaltungsbereich „Rudolf’s“ in Sehnde-Ilten zu einer besonderen Lesung ein. Autorin Elke Becker stellt im Rahmen der Literatur-Sprechstunde ihren neuen Roman „Die Erfinderin der Freiheit“ vor.

Pressekontakt Klinikum Wahrendorff GmbH

Petra Perleberg, Pressestelle, Rudolf-Wahrendorff-Str. 22, 31319 Sehnde
Fon + 49 (157) 38 82 71 17, E-Mail: presse@wahrendorff.de

Die Geschichte spielt 1908 in Dresden. Im renommierten Sanatorium Lahmann entwickelt die junge Therapeutin Christine eine praktische und revolutionäre Idee, um Ohnmachtsanfälle durch enge Korsetts zu verhindern. Aus Stofftaschentüchern und Hosenträgern fertigt sie erste Modelle, die zunächst auf Ablehnung stoßen. Doch gemeinsam mit ihren Freundinnen kämpft sie für mehr Freiheit und Selbstbestimmung.

Die Lesung verknüpft historische Gesellschaftsthemen mit Fragen zu Selbstbestimmung, Rollenbildern und dem Mut zur Veränderung – Themen, die auch für die psychische Gesundheit heute relevant sind. Vor Ort können Besucher das Buch erwerben. Die Buchhandlung Böhnert aus Lehrte begleitet die Veranstaltung mit einem Büchertisch

Veranstaltungsort:

Klinikum Wahrendorff
Rudolf's
Im Bosenkamp 13
31319 Sehnde-Ilten

Der Eintritt ist frei. Anmeldung per E-Mail an

imke.geers@wahrendorff.de oder über die Website: www.wahrendorff.de/veranstaltung/

Mit beiden Veranstaltungen zeigt das Klinikum Wahrendorff, wie wichtig ihm Information, Prävention und der gesellschaftliche Austausch zur psychischen Gesundheit sind. Interessierte sind herzlich willkommen.



Im Klinikum Wahrendorff gehört Bewegungstherapie fest zu den modernen Behandlungskonzepten. (Wahrendorff/Martin Bargiel)

Wahrendorffs Literatur-Sprechstunde – Die Erfinderin der Freiheit



Die Lesung verknüpft historische Gesellschaftsthemen mit Fragen zu Selbstbestimmung, Rollenbildern und dem Mut zur Veränderung. (Grafik: Wahrendorff)

Wahrendorff ist das Fachkrankenhaus für die Seele und eine große Einrichtung der Eingliederungshilfe.

Der Stammsitz liegt zwölf Kilometer östlich der Landeshauptstadt Hannover in Sehnde mit den beiden Standorten Ilten und Köthenwald. Mit der Psychiatrisch-Psychosomatischen Klinik Celle betreibt Wahrendorff ein zweites Krankenhaus. Die Kliniken bieten ambulante, teilstationäre und vollstationäre Versorgung in der Akutpsychiatrie, Psychosomatischen Medizin und Psychotherapie. Die Eingliederungshilfe ermöglicht Menschen mit seelischen, geistigen und/oder Mehrfachbehinderungen Perspektiven im Wohnen und im Tagwerk in Hannover und der Region. Das Wahrendorff Klinikum verfügt über 727 Betten und Plätze. Im Wahrendorff Wohnen finden an die 1.100 Bewohnerinnen und Bewohner eine individuelle und fachlich qualifizierte Versorgung, Pflege und Betreuung. Bei Wahrendorff arbeiten über 1.600 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Dazu kommen über 160 Ausbildungsplätze.



Folgen Sie uns in den sozialen Medien // @Wahrendorff