



Kontaktstelle
Selbsthilfe
Kanton Solothurn



solodarisStiftung
SCHAFFT RÄUME



PERSPEKTIVE
Region Solothurn-Grenchen



143.ch
Darüber reden hilft

PSYCHISCHE GESUNDHEIT: THEMATISIEREN STATT TABUISIEREN FILMREIHE 2026

Wie bewältigen Menschen schwierige Lebensphasen? Bei der Filmreihe «psychische Gesundheit» erzählen Betroffene, Angehörige und weitere Fachpersonen. Das Publikum kann Fragen stellen. Die Kinofilme und Podien ermutigen zum Gespräch. **Eintritt frei**

Organisiert durch: selbsthilfesolothurn.ch / solodaris.ch / perspektive-so.ch / 143.ch



Thema: Kontaktabbruch in der Familie

Zerschnittenes Band

29. April 2026

Kino Lichtspiel, Olten, 18:00 Uhr

Der Abbruch einer Eltern-Kind-Beziehung hinterlässt tiefe Spuren. Zweifel, Konflikte und Schuldgefühle stehen im Raum. Der Dokumentar-Film zeigt eindrücklich, was alle Beteiligten verbindet: das Loslassen von Erwartungen und die Suche nach sich selbst.



Thema:
Junge Menschen mit Depression

Expedition Depression

10. Juni 2026

Kino Capitol, Solothurn, 18:00 Uhr



Thema:
Gaming und Sucht

Play

2. September 2026

Kino Capitol, Solothurn, 18:00 Uhr

(Empfohlenes Mindestalter: 14 Jahre)



Thema:
Die Kraft der Kommunikation

Der wunderbare Mr. Rogers

28. Oktober 2026

Kino Lichtspiel, Olten, 18:00 Uhr