

PRESSEMITTEILUNG

Filmreihe zum Thema Seelische Gesundheit

Ein Kooperationsprojekt von: Gemeindepsychiatrischer Verbund Lichtenberg (GPV), Kino CineMotion Berlin-Hohenschönhausen, Bezirksamt Lichtenberg, Landesverband Angehörige psychisch erkrankter Menschen Berlin e.V. (ApK), experienced - erfahren mit psychischen Krisen e.V., Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle (SEKIS) Berlin, bipolaris, Manie und Depression Selbsthilfevereinigung Berlin- Brandenburg e.V.

Wir freuen uns sehr, Sie zur ersten Veranstaltung der **Filmreihe Irrsinnig Menschlich 2026** einladen zu dürfen. Am **18. Februar 2026 um 17.30 Uhr** zeigen wir im [CineMotion Berlin- Hohenschönhausen](#) den Film „Heldin“ zum Thema **Dauerstress**.

Der Film nimmt die Situation einer Pflegekraft in einem Krankenhaus in den Blick. Im Bereich der Pflege wird als mögliche Folge von anhaltendem Stress neben „Burnout“ auch von „Cool out“ im Sinne eines „Sich-kalt-Machens“ als Anpassungsstrategie in einem sehr belastenden Praxisalltag gesprochen. Für den Umgang mit Stress nimmt der Film sowohl die individuelle Ebene als auch die Rahmenbedingungen in den Blick.

Andauernder Stress versetzt den Körper in eine ständige Alarmbereitschaft und wirkt sich negativ auf die körperliche und psychische Gesundheit aus. Stress kann vielfältige Ursachen haben und jeder Mensch reagiert anders darauf. Es gibt z.B. emotionalen, sozialen Stress oder Stress aufgrund von äußeren Bedingungen wie z.B. einer hohen Arbeitsbelastung oder auch moralischen Stress, wenn die eigenen Ansprüche aufgrund der Rahmenbedingungen schwer umsetzbar sind.

Im Zusammenhang mit Stressbewältigung taucht häufig der Begriff der Resilienz auf. Er beschreibt die Fähigkeit eines Menschen, Krisen, Stress oder Rückschläge zu bewältigen, ohne langfristig Schaden zu nehmen. Resilienz ist dabei keine angeborene Eigenschaft, sondern eine Fähigkeit, die sich fördern lässt.

Über all dies möchten wir nach dem Film mit unseren Podiumsgästen und Ihnen in den Austausch treten. Wir freuen, Sie auch im 17. Jahr der Filmreihe begrüßen zu dürfen.

Am 18. Februar 2026 um 17:30 Uhr (ohne Werbung) läuft:
„Heldin“ (Drama, Deutschland/ Schweiz 2025)

Der Film nimmt uns mit in die Spätschicht in einem Krankenhaus, wo die Pflegefachkraft Floria (Leonie Benesch) mit großer Leidenschaft und Professionalität arbeitet. Trotz aller Hektik auf der voll belegten, und dennoch unterbesetzten Station umsorgt sie ihre Patient:innen fürsorglich und routiniert. Doch dann passiert ihr ein verhängnisvoller Fehler und die Schicht droht, völlig aus dem Ruder zu laufen. Regisseurin Petra Volpe hat mit „Heldin“ eine respektvolle Hommage auf alle Pflegekräfte sowie ein packendes Plädoyer für mehr Menschlichkeit und soziales Engagement geschaffen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch und einen anregenden Austausch!

**CineMotion Berlin- Hohenschönhausen,
Wartenberger Str. 174, 13051 Berlin
Eintritt 6,00 €**

Kinokarten können Sie im [Vorverkauf online](#) sowie im Kino erwerben.