

49. OPEN OHR FESTIVAL

ZITADELLE MAINZ, PFINGSTEN, 26. – 29. MAI 2023



Irr:relevant

WWW.OPENOHR.DE

OK KID (ELECTRONIC SET) • MY UGLY CLEMENTINE • FRIEDEMANN WEISE • LOSTBOI LINO
BIA FERREIRA • TEAM SCHEISSE • ELL • PROF. DR. GERHARD TRABERT • IVA NOVA • DAVE DA-
VIS LACHYOGA • OK.DANKE.TSCHÜSS • BANJI • HESSISCHES LANDESTHEATER MARBURG
IRRSINNIG MENSCHLICH E. V. • GASTONE • PSYCHOLOGISTS / PSYCHOTHERAPISTS FOR
FUTURE E. V. • WORKSHOPS, THEATER, FILME, KINDERPROGRAMM UND VIELES MEHR



Gefördert von:



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR
FAMILIE, FRAUEN, KULTUR
UND INTEGRATION



Inhalt

Grußwort	1
Intro 2023	1
Zum Thema: Irr:relevant	2
Nachhall	5
In eigener Sache	6
Info (Ausgezeichnet EFFE Label, Müll, Naturschutz, Barrierefreiheit, Festivalzeitung)	6
Programmübersicht	28
Bühnen- und Lageplan	30
Kinderprogramm	26
Jugendprogramm	31

Wort	10
machen & bewegen	20
dann & wann	24
Film	32
Theater	36
Kabarett	40
Musik	44
Selbstdarstellung der mitwirkenden Initiativen	53
Die Projektgruppe	55
Neue Projektgruppenmitglieder gesucht	56
Technische Hinweise/Impressum	57

Wort

[Sa]	Krank oder gesund?	10
	Fluch oder Segen? Coming of age mit Social Media	11
	Ein offenes Ohr für... Depression	11
	Ein offenes Ohr für... Zwangserkrankungen	11
	Den Umständen entsprechend gesund?!	12
	Der Staat und seine süchtige Bevölkerung	12
[So]	Der Letzte zahlt	13
	Männer & Zerbrechlichkeiten	13
	Ein offenes Ohr für... Bipolare Störungen	13
	Ein offenes Ohr für... Borderline	14
	Arbeitest du noch oder lebst du schon?	14
	Poetry Slam	14
	Im Krisenmodus - Aktiv gegen die Klimaangst	15
[Mo]	Versorgung für alle?!	15
	„Das ist ja nicht normal“ - Tabuisierung und Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen	16
	Patriarchale Belastungsstörung - Geschlecht, Klasse und Psyche	16
	Die Festivalreflexion	16

machen & bewegen

[Sa]	Yoga	20
	Gewaltfreie Kommunikation - Verbindung verbessern - mit Dir - mit Anderen	20
[Sa][So]	Chillax	20
	Aus Genuss Kraft schöpfen	21
	ALLYSHIP und ZIVILCOURAGE - gegenseitige Stärkung und Empowerment	21
[So]	Lachyoga	21
	Prokrastination bewältigen	22
	Climate Emotions	22
	Playfight - freudiges und spielerisches Raufen	22
	Selbsthilfegruppe erleben	23
	Open Stage	23
[Mo]	Drum Fitness	23
	Djembe Trommeln	23

dann & wann

[Fr] – [Mo]	Wie geht's?	24
[Sa]	Phoenix Projekt	24
	Führung Römisches Theater	25
[Sa][So]	Emotions in motion oder: Gemeinsam bewegt	25
[Sa] – [Mo]	Die Zitadelle von unten	24
[So][Mo]	Sound Healing	25
[So]	Kräuterwanderung	25

Kinderprogramm	26
Jugendprogramm	31

Film

[Fr]	Das Cabinet des Dr. Caligari	33
[Sa]	Vielleicht lieber morgen	33
	Das innere Leuchten	33
	Kurzfilmprogramm	34
	Shutter Island	34
[So]	Nicht alles schlucken - Leben mit Psychopharmaka	34
	Paper spiders	34
	Kurzfilmprogramm	35
	It's such a beautiful day	35
	A serious man	35
[So][Mo]	Überraschungsfilme	34
[Mo]	Auf der Couch in Tunis	35

Theater

[Sa]	Wir, „Kinski“ und ich - Ausnahmezustand im Theater (Hessisches Landestheater Marburg)	37
	Der schwarze Hund (Julia Raab)	37
[So]	Rausgemobbt 2.0 (Comic On! Theaterproduktion)	38
	I'm Fine (Theater Lübeck)	38
	KlimaX (antagon theaterAKTion)	39
[Mo]	Überraschungstheater	39

Kabarett

[Fr]	Friedemann Weise	41
[Sa]	Dave Davis	41
[So]	Luksan Wunder	42
[Mo]	Florentine Osche, Larissa Magnus, Ana Lucia	42

Musik

[Fr]	Ahtapot	45
	Team Scheisse	45
	Iva Nova	45
[Sa]	Kiara Mali	46
	Überraschungsband	46
	ELL	46
	Pano	47
	Footprint Project	47
	Lostboi Lino	48
	Marema	48
[So]	Moritz Ley	49
	BABYJOY	49
	Newcomer Stage	49
	Banji	50
	My Ugly Clementine	50
	OK KID (Electronic Set)	50
[Mo]	LA GÂPETTE	51
	Frédéric Perroux	51
	ok.danke.tschüss	51
	Bia Ferreira	52
	GASTONE	52

Grußwort

Immer höher, schneller, weiter? Immer mehr Menschen fühlen sich im Karussell der Leistungsgesellschaft gefangen – ob im Arbeitsleben, in der Schule oder gar manchmal in der Freizeit. Der Stress ist überall spürbar, Erwachsene ersticken in Arbeit und Überstunden, scheitern an eigenen und fremden Erwartungen, es folgen Burnout und Versagensängste; den Kindern raubt eine Klassenarbeit nach der anderen den Schlaf und selbst im Verein ist der Konkurrenzkampf groß, beim nächsten Fußballspiel noch mehr Tore zu schießen.

Da darf man ruhig mal fragen: Ja, sind wir denn bei den Olympischen Spielen? Jeden Tag im Wettkampf? Denn „citius, altius, fortius“ – schneller, höher, stärker – ist das Motto der Olympischen Spiele und kann und darf nicht das Motto unseres Alltags werden. Keine Olympia-Sportler:innen bestreiten Wettkämpfe an 365 Tagen im Jahr.

Das ist alles „Irr“ und gleichzeitig so sehr „relevant“, wie das Motto des 49. Open OHR Festivals es trefflich formuliert. Denn dass dieser Leistungsdruck in unserer Gesellschaft Körper und Seele so vieler Menschen krank macht, muss ein THEMA und darf

kein TABU sein. Es ist unsere gesamtgesellschaftliche Aufgabe, über psychische Erkrankungen zu sprechen und ausreichend Möglichkeiten für Heilung und Linderung zu schaffen – unabhängig von Alter, Herkunft, Orientierung und Kontostand.

Das 49. OPEN OHR Festival wird das Thema in einem kreativen Mix aus Vorträgen, Diskussionen, Musik, Theater, Film und Kabarett ausleuchten. Wir danken der Freien Projektgruppe für die Organisation des Festivals und für ihr beeindruckendes Gespür für die Themen unserer Zeit. Unser Dank gilt allen Sponsoren und Unterstützer:innen.

Allen Besucher:innen des Festivals wünschen wir schöne, erkenntnis- und erlebnisreiche Tage in Mainz. Wir wünschen schöne Pfingsten und viel Gutes für die Seele!



Nino Haase
Oberbürgermeister



Dr. Eckart Lensch
Jugenddezernent

Intro

Die letzten Jahre waren für viele von uns eine große Herausforderung. Eine Pandemie, die weltweit mehrere Millionen Todesopfer forderte. Drei Jahre, die mit Lockdowns, Corona-Verordnungen und Angst um die Gesundheit für viele von uns die Lebenszufriedenheit massiv beeinträchtigt haben. Hinzu kommt nun der Krieg in Europa, der noch mehr Todesopfer verursacht und seit über einem Jahr anhält und Menschen die Existenz und gar das Leben kostet. Die durch den Krieg verursachten steigenden Lebenshaltungskosten in deutschen Supermärkten stellen zusätzlich eine finanzielle Belastung dar. All dies geht an vielen nicht spurlos vorbei und umso mehr zeigt sich, wie wichtig es ist, auf die psychische Gesundheit zu achten. In unserer Gesellschaft sind Themen rund um die Psyche mei-

stens noch ein Tabuthema. Beim diesjährigen OPEN OHR Festival möchten wir mit sämtlichen Tabus brechen. Wir möchten mit Euch eine Plattform schaffen, um offen über psychische Gesundheit zu sprechen, ohne Angst vor Tabuisierung oder Stigmatisierung zu haben. Wir, die Freie Projektgruppe, haben es uns zur Aufgabe gemacht, für das Thema psychische Gesundheit zu sensibilisieren und dabei soziale und politische Herausforderungen aufzuzeigen und zu diskutieren. Wir freuen uns u. a. auf interessante Diskussionen, viel Musik, horizonterweiternde Theaterstücke und ganz viel Deeptalk. Eure Freie Projektgruppe des 49. OPEN OHR Festivals



Thema

Irr-relevant

„Wie geht es Dir?“ – Würdest Du die Frage ehrlich beantworten? Meistens lautet die Antwort „Danke, gut, und Dir?“ – ob aus voller Überzeugung oder aus Höflichkeit, lässt sich kaum erkennen. Bei diesen Begrüßungsfloskeln geht es schließlich weniger darum, wie sich das Gegenüber tatsächlich fühlt. Vielleicht würdest Du die wahre Antwort nur Deinen engsten Vertrauten verraten. Dabei ist es doch ganz normal, auch mal einen schlechten Tag zu haben, oder auch mehrere – gerade in Zeiten, in denen belastende Themen wie Pandemie, Klimawandel und andere Krisen tagtäglich über die Medien auf uns niederprasseln. Andererseits braucht es auch gar keinen äußeren Grund, damit es uns gut oder schlecht geht. Das eigene Wohlbefinden hängt von so vielen Faktoren ab und manchmal wissen wir selbst nicht, was uns beschäftigt. So kann eine simple Frage plötzlich kompliziert werden: Wie fühle ich mich eigentlich? Ist das normal? Was ist schon normal?

Normal sollte es doch sein, über das psychische Befinden genauso offen zu reden wie über ein gebrochenes Bein oder die laufende Nase. Schätzungsweise jeder dritte Mensch in Deutschland hat einmal im Leben eine psychische Erkrankung. Oft begleitet sie Betroffene und ihr soziales Umfeld eine längere Zeit oder immer wieder aufs Neue. Trotzdem erschweren verhärtete Rollenbilder, Stigmatisierung und Tabuisierung einen offenen Dialog darüber. Gesellschaftliche Faktoren und das Gesundheitssystem machen es nicht leichter, sich um die eigene Psyche zu kümmern. Eine Depression wird man eben nicht los, indem man zu Hause bleibt und viel Tee trinkt.

In den letzten drei Jahren haben sich durch die Corona-Pandemie das allgemeine mentale Wohlbefinden und die Lebenszufriedenheit verschlechtert. Vor allem bei Kindern und Jugendlichen haben Lockdown, Schulschließungen und Kontaktverbote in Kombination mit vermehrt auftretenden innerfamiliären Konflikten zu einem Anstieg psychischer Störungen geführt. Psychische Erkrankungen bei jungen Menschen haben sich nahezu verdoppelt.

Nur wer Leistung bringt, ist psychisch gesund!?

Psychisch gesund ist laut Weltgesundheitsorganisation, wer in einem Zustand des Wohlbefindens die eigenen „Fähigkeiten ausschöpfen, die normalen Lebensbelastungen bewältigen, produktiv arbeiten und einen Beitrag zu[r] (...) Gemeinschaft leisten kann“. Führt diese Fokussierung auf Produktivität und Leistung nicht dazu, dass das jeweilige Empfinden des Individuums und seines Umfelds außer Acht gelassen wird? Oft werden psychische Erkrankungen mit wirtschaftlichen Folgen in Zusammenhang gebracht, wenn sie beispielsweise als zweithäufigste Ursache für Krankheitstage und einer der häufigsten Gründe für Frühberentungen benannt werden. Dabei ist doch eigentlich die kapitalistische Leistungsgesellschaft eine der Ursachen für psychische Belastungen und Störungen. Der ständige Druck, Leistung zu erbringen und dafür über die eigenen Grenzen zu gehen, kann dazu führen, dass wir irgendwann aufgrund von Ängsten, Burnout, Substanzmissbrauch oder Magersucht Hilfe suchen müssen. Dieser Stress beginnt für viele schon in den Kitas und Schulen. Das hierarchische Schulsystem fördert einen Konkurrenzkampf um die besten Noten. Denn angeblich haben diejenigen mit guten Abschlüssen die besseren Chancen im Leben.

Wollen wir nur leben, um zu arbeiten? In vielen Arbeitsbereichen gehört es scheinbar zum guten Ton, ständige Erreichbarkeit und unbezahlte Überstunden für die Karriere in Kauf zu nehmen. Auf der anderen Seite legen immer mehr junge Berufstätige ihren Fokus auf eine gesunde Work-Life-Balance und arbeiten nicht mehr als vertraglich vereinbart. Könnte die 4-Tage-Woche oder eine Reduktion der wöchentlichen Arbeitszeit einen Beitrag zur psychischen Gesundheit von Arbeitnehmenden leisten? Wenn der Staat dann auch noch dafür sorgt, dass Privatleben und Beruf, aber auch unbezahlte Care-Arbeit, entspannt miteinander vereinbar sind, wären wir in Sachen mentaler Gesundheit sicherlich um einiges weiter.



Recht auf psychische Gesundheit

Müsste der Staat nicht generell mehr dafür tun, dass für alle Menschen Bedingungen geschaffen werden, in denen sie gesund aufwachsen und gesund bleiben können? Immerhin ist auch das Recht auf Gesundheit ein Menschenrecht. Das Recht auf psychische Gesundheit darf keine Ausnahme sein!

Neben präventiven Maßnahmen braucht es eine gute Versorgungslandschaft für bereits psychisch erkrankte Menschen. Es stellt sich jedoch die Frage, ob der Staat diesbezüglich seiner Verantwortung gerecht wird. Denn selbst wenn der Wunsch nach Therapie da ist, kann es sein, dass diese auf sich warten lässt. Aktuell beträgt die Wartezeit auf einen Therapieplatz, der von der gesetzlichen Krankenversicherung gezahlt wird, sechs Monate oder mehr. Gerade im Kindes- und Jugendalter kann dies schlimme Folgen haben. Ausreichend Psychotherapeut*innen gibt es, doch hat nur etwa die Hälfte von ihnen die Zulassung zur Abrechnung mit der gesetzlichen Krankenversicherung. Bei den anderen müssen Patient*innen aus eigener Tasche zahlen. Wie kann es vor diesem Hintergrund sein, dass keine weiteren Kassensitze zur Verfügung gestellt werden? Im Koalitionsvertrag verspricht die Bundesregierung eine Verbesserung der psychotherapeutischen Versorgung. Worauf wartet sie noch?

Mit der Schaffung weiterer Therapieplätze allein ist es jedoch nicht getan. Woran merke ich, dass ich Hilfe brauche? Wo kann ich mich über die verfügbaren Angebote informieren? Für viele Menschen gibt es zusätzliche Hürden auf dem Weg zum richtigen Angebot. So gibt es in Deutschland zum Beispiel zu wenige therapeutische Angebote in Gebärdensprache; Sprachmittlungskosten werden nicht von der Kasse übernommen; nicht Versicherte können sich die Kosten nicht leisten; LGBTQIA+, behinderte Menschen und BiPoC müssen befürchten, bei Therapeut*innen auf Vorurteile zu stoßen. Viele dieser Personen sind somit doppelt benachteiligt: Die Wahrscheinlichkeit, psychisch zu erkranken, ist aufgrund von Diskriminierungserfahrungen erhöht, gleichzeitig ist es schwerer, passende Hilfe zu erhalten. Fragwürdige Gesetze und Diagnosesysteme

führen wiederum dazu, dass eigentlich gesunde Menschen in psychologische Behandlung gedrängt werden. 1991 wurden Millionen von Menschen „geheilt“, als Homosexualität endlich nicht mehr als psychische Störung definiert wurde. Heutzutage kämpfen trans* Personen noch immer für ihr Selbstbestimmungsrecht. Was unternehmen die Verantwortlichen aus der Politik, um das Menschenrecht auf psychische Gesundheit endlich zu gewährleisten, und zwar für alle?

Mit Tabus brechen!

Trotz ihrer Häufigkeit sind psychische Probleme und Krankheiten in weiten Teilen der Gesellschaft immer noch ein Tabuthema. Viele schämen sich, von der eigenen psychischen Erkrankung zu sprechen, über Suizid in der Familie oder den letzten Psychiatrie-Aufenthalt. Aus Sorge vor negativen beruflichen Konsequenzen, sozialer Ausgrenzung und der Konfrontation mit Vorurteilen suchen sich viele Betroffene keine, zu spät oder unpassende Unterstützungsangebote. Zudem muss es gelernt sein, die eigenen Gefühle einordnen zu können. Wieso finden wir es so schwer, in Worte zu fassen, wie es uns geht? In Dänemark lernen Kinder im Schulfach „Empathie“ soziale Kompetenzen, Verständnis füreinander und offene Kommunikation miteinander. Sollte nicht generell von klein auf mehr für eine gesunde soziale und emotionale Entwicklung getan werden? Wie machen wir uns frei von gesellschaftlichen Erwartungen an unsere Gefühle und unser Verhalten? Und wie gehen wir tatsächlich achtsam miteinander und mit uns selbst um?

Lasst uns mit den Tabus rund um die Psyche brechen. Floskeln beiseite! Deeptalk ist ausdrücklich erwünscht. Wir wollen auf dem 49. OPEN OHR Festival eine Plattform schaffen, um offen über psychische Gesundheit zu sprechen. Denn diese liegt nicht nur in der Verantwortung Einzelner, sondern muss als gesamtgesellschaftliche Aufgabe betrachtet werden. Für das seelische Wohl wird wie gewohnt mit Musik, Theater, Kabarett, Film und vielem mehr gesorgt. Denn das OPEN OHR Festival ist und bleibt ein Festival für Birne, Bauch und Beine!



**SCHNELL
UND
FLEXIBEL**



FESTIVALZEIT IST MIETRADZEIT

Mit meinRad geht's besonders schnell zum Festival, in die Stadt und wieder zurück. Jetzt App downloaden, registrieren und los geht's.

www.mietradeln.de



MAINZER
MOBILITÄT

Letztes Jahr war es endlich wieder soweit: Nach zwei Jahren Pause konnten wir uns alle an Pfingsten auf der Mainzer Zitadelle treffen. Wir konnten wieder auf diverse Musikrichtungen tanzen, über Theaterstücke nachdenken, mit Kabarett bis in die Nacht hinein lachen, uns von Filmen verzaubern lassen, bei Podien diskutieren oder einfach nur gemeinsam auf der Wiese in der Sonne liegen. Schöner hätte sich die Projektgruppe das 48. OPEN OHR Festival nicht vorstellen können.

Unter dem Titel „Gegensteuern“ drehte sich alles um den Tribut fürs Gemeinwohl: die Steuer! Als der Themenvorschlag zu Beginn der Festivalsaison aufkam, erschien es unvorstellbar: Wie kann auf einem Festival getanzt, gelacht und gleichzeitig über Steuern geredet werden? Doch dann wurde schnell klar, dass Steuern gar nicht so langweilig und trocken sind, wie sie erst erscheinen. Es gibt eine Menge zu sagen, zu (hinter-)fragen und zu diskutieren. So setzte sich das Thema mit Begeisterung gegen die anderen Vorschläge durch und die Projektgruppe begab sich auf die Reise Richtung Steuerparadies!

Was sind eigentlich Steuern? Worin liegt ihr Sinn? Und warum nehmen die meisten Steuern oft eher negativ wahr? Immerhin geht es bei Steuern auch um soziale Gerechtigkeit, Verteilung, Verantwortung, das Miteinander und die Gestaltung einer Gesellschaft. Sie finanzieren unter anderem Krankenhäuser, Bildung und Infrastrukturen. Wirkt erstmal alles gut und fair, doch sind vor der Steuer wirklich alle gleich? Das aktuelle deutsche Steuersystem verstärkt bestehende Einkommensnachteile, mit weitreichenden Folgen insbesondere für Frauen, es vergrößert den Gender Pay Gap und verschärft die Gefahr von Altersarmut. Dabei wird Vermögen nicht wirklich gerecht verteilt, sondern bleibt in den Händen weniger. Und was ist eigentlich dieses Cum-Ex, bei dem der Staat mehrere Milliarden Euro verloren hat? Die einen haben Geld, die anderen lassen es verschwinden und dort, wo wir es wirklich brauchen, fehlt es.

Ein gewaltiger Eisberg tat sich auf: Je mehr sich die letzte Projektgruppe mit dem Thema Steuern beschäftigte, desto mehr zeigte sich die enorme Relevanz und die gesellschaftliche Tragweite der Debatten rund um das Thema – und dass es an vielen Stellen Zeit ist gegenzusteuern. Das haben wir gemeinsam mit Euch gemacht. An Pfingsten 2022 tauschten wir Gedanken zu alternativen Steuersystemen aus, redeten über die Sachen, die richtig laufen und sprachen



Design: Jutta Pötter

chen lautstark jene an, die Veränderung bedürfen. Wir ließen uns inspirieren von Autor*innen, die von Steuersystemen in anderen Ländern oder einer utopischen Zukunft erzählten. Es gab auch die Möglichkeit in einem Planspiel auf der Insel „Gerechtika“ ein eigenes Steuersystem einzuführen, und die Festivalbesucher*innen konnten sich aus erster Hand Steuertipps von Expert*innen abholen. Auf der Theaterbühne wurde das Prinzip des Teilens auf künstlerische Weise aufgegriffen und unter anderem auch für die Jüngsten erfahrbar gemacht. Und das Filmprogramm warf einen Blick auf das Machtspiel der Reichen mit den Ärmsten und auf das Konzept der Umverteilung á la Robin Hood. So ergab sich eine einmalige Atmosphäre, die wohl nur das OPEN OHR Festival schaffen kann: Während wir in einem Moment über die Besteuerung von Reichen redeten, standen wir im nächsten schon wieder tanzend vor dem Drususstein oder entspannten uns beim morgendlichen Sportprogramm auf der Hauptwiese. Dabei hielt uns auch der alljährliche Regen an Pfingsten nicht davon ab, wie in jedem Jahr intensiv über gesellschaftliche und politisch relevante Themen zu diskutieren und dabei die Freude an diesem tollen Festival aufrechtzuerhalten.

In eigener Sache

In einem knappen Jahr ist es soweit. Dann findet das OPEN OHR Festival zum 50. Mal statt. 50 Jahre Historie mit allerlei Erlebnissen, Auf und Abs und Erfahrungen en masse. Erfahrungen, die uns die Arbeit einerseits erleichtern, denn sie dienen als Orientierung bei der Organisation eines so großen Events. Erfahrungen aber andererseits auch, die uns in riesige Fußstapfen treten lassen. Denn nicht nur wir als Organisationsteam, sondern auch unser Publikum sammelt fleißig Erfahrungen, Geschichten und Erinnerungen. Und wo jahrelang Erinnerungen gesammelt werden, da entsteht Tradition. Für uns als programmgestaltende Freie Projektgruppe bedeutet diese Tradition ein ungeheuer großes Erbe. Wir kommen jährlich neu zusammen mit dem Wunsch zu gestalten und dem Festival unsere eigene Handschrift zu verpassen. Resultat ist Jahr für Jahr ein Spagat zwischen dem Fortsetzen der Tradition einerseits und dem Hinterfragen jener andererseits, mit dem Ziel, das Festival zeitgemäß, inklusiv und nachhaltig zu gestalten.

Neben der eigentlichen Arbeit an Thema und Programm des Festivals bedeutet dies Woche für Woche zusätzlichen Einsatz in unterschiedlichen Arbeitsgruppen, Anwesenheit bei Treffen mit Fachpersonen verschiedener Organisationen sowie ständiges Hinterfragen des eigenen Handelns, der persönlichen Vorstellungen und Wünsche. Themen wie Nachhaltigkeit, Barrierefreiheit, ein Bewusstsein für kulturelle Aneignung, Digitalisierung, bestehende und neue Kooperationen

mit anderen kulturschaffenden und -fördernden Institutionen und nicht zuletzt die bereits laufenden Vorbereitungen des Jubiläums durch eine Arbeitsgruppe aus Freiwilligen aus ehemaligen Projektgruppen haben uns in dieser Saison viel beschäftigt.

Einige auf Gebärdensprache gedolmetschte Veranstaltungen, weniger Printwerbung, recyclebares Geschirr und Besteck, eine anstehende Neuauflage unserer Website, die Teilnahme an einem Workshop zum Thema „Rassismus und kulturelle Aneignung“ sowie der Ausbau der Kooperationen mit anderen Mainzer Kulturbetrieben sind sicherlich nur kleine Schritte, sie geben aber eine klare Richtung an.

Dass weiterhin viel Raum für Optimierung besteht, dessen sind wir uns bewusst. Trotzdem sind wir stolz auf das, was wir in dieser Saison vorangetrieben und erreicht haben und nehmen die bisherigen Erfolge zum Anlass, auch im nächsten und übernächsten und in jedem darauffolgenden Jahr den Spagat zwischen Tradition und Innovation einzugehen. Auf dass das OPEN OHR Festival weiterhin ein Ort für unvergessliche Erinnerungen bleibt.

Du hast Feedback an uns? Dann nutze dafür entweder den persönlichen Kontakt bei der Festivalreflexion, notiere Deine Ideen auf der Festivalrolle im Festivalbüro oder schreibe uns einen Brief und hinterlasse ihn im OPEN OHR Briefkasten auf dem Gelände. Wir freuen uns auf Deine Anregungen!

Ausgezeichnet!

Alle zwei Jahre prämiert die European Festivals Association (EFA) Kulturfestivals, die sich durch ein hohes künstlerisches Niveau, regionale Verwurzelung und internationale Perspektive auszeichnen. Auch das OPEN OHR Festival darf 2022 bis 2023 als „bemerkenswertes Festival“ das renommierte Label EFFE (Europe for Festivals – Festivals for Europe) tragen. Wir freuen uns!





Geschützter Landschaftsbestandteil Zitadelle

Auf der Zitadelle leben 44 Vogelarten, die hier ihre Nester bauen, Jungvögel aufziehen oder Nahrung suchen. Die dichten Sträucher, Efeu und Bäume bieten ihnen Schutz und mit ihren Knospen, Blüten und Insekten allerlei Futter. In den Spalten sowie vom Bewuchs der Zitadellenmauern leben außerdem viele Wildbienen. Dies sind seltene, friedliche Arten, die anders als die Honigbiene einzeln, nicht in Völkern leben. Für die Bestäubung von Pflanzen sind sie sehr wichtig. Auch heimliche Bewohner wie die Fledermäuse oder der Zwerghirschkäfer kommen auf der Zitadelle vor.

Insgesamt wurden bisher 447 Arten gezählt und Bereiche der Zitadelle aufgrund dieses Naturschatzes 1986 als „Geschützter Landschaftsbestandteil“ ausgewiesen. Ein Teil des OPEN OHR Geländes liegt im Geschützten Landschaftsbestandteil oder grenzt an diesen an.

Rund 50 % der Vögel, Wildbienen und Fledermäuse sowie 80 % der Schmetterlinge sind mittlerweile gefährdet oder vom Aussterben bedroht (Rote Liste der gefährdeten Arten).

Von März bis Juli findet die Vogelbrut statt. Wir bitten Euch deshalb, beim Schutz der Tiere mitzuhelfen, auf die Hinweisschilder zu achten und die mit Absperrband gesperrten Flächen nicht zu betreten. Vielen Dank.

Die ökologische Mauersanierung

Um die Zitadelle erstreckt sich eine historische Mauer, die zum Teil sehr stark geschädigt und sanierungsbedürftig ist. Die darin enthaltenen Nischen und Spalten sind Lebensraum für zahlreiche Tiere und Pflanzen. Verschiedene Moos- und Flechtenarten und einige Blütenpflanzen leben hier. Besiedelt werden diese Mauern von Vögeln, Fledermäusen und anderen kleinen Säugetieren, Reptilien und verschiedenen Insektenarten, zum Beispiel Wildbienen und Stechimmen.

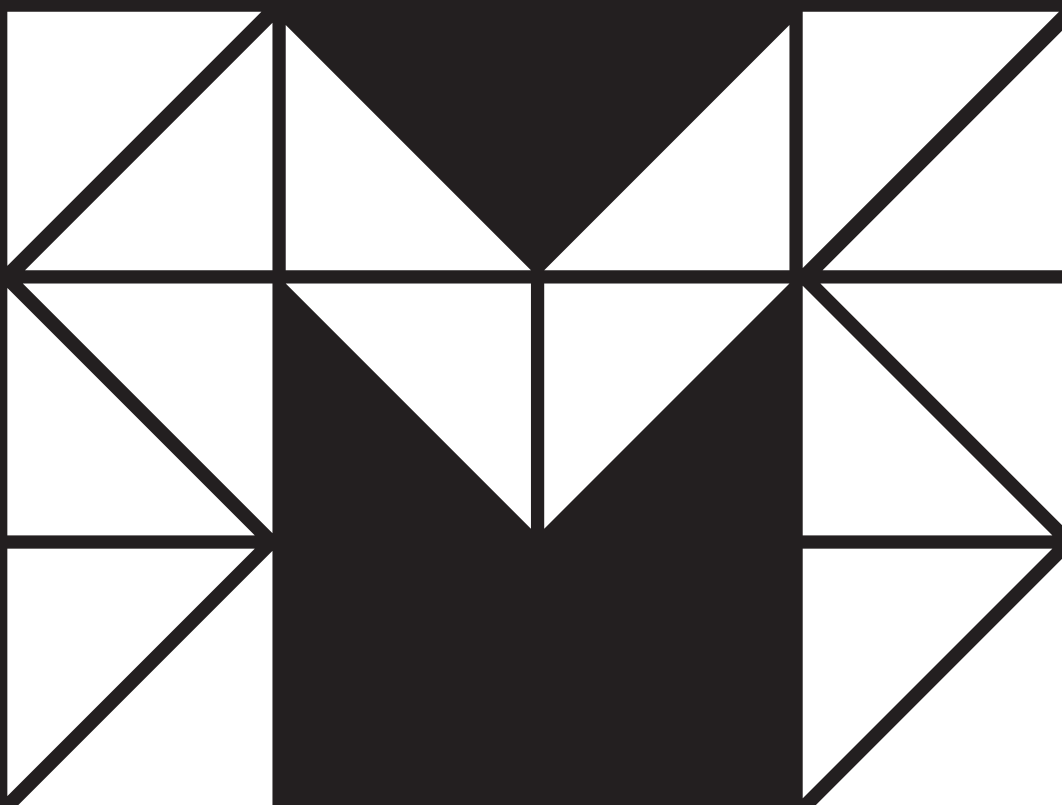
Mit dem Sanierungsbeginn Ende 2017 musste auch der Zitadellengraben für die Öffentlichkeit gesperrt werden. Durch die Sanierung sind Mauerbiotope, Bäume und Sträucher in Anspruch genommen worden.

Um verlorenen Lebensraum zu kompensieren, wurden und werden zahlreiche Bäume und Sträucher wie z. B. auf dem „alten Sportplatz“ gepflanzt und Niststeine mit dahinterliegenden Hohlräumen in die sanierten Mauerbereiche eingebaut. Zahlreiche Wildbienen und Insektenarten besiedeln die neu errichteten Trockenmauern, darunter auch einige sehr seltene Arten. Die an den Mauern sichtbaren breiten „grünen“ Streifen sind bewusst nicht saniert worden, damit sich die hier wachsenden Pflanzen, Flechten und Moose wieder rasch auf die benachbarten sanierten Bereiche ausbreiten können. Natürliche Blühstreifen am Mauerfuß ergänzen das Nahrungsangebot für Insekten.

Nach Beendigung der Sanierung werden Teilbereiche des Grabens wieder zugänglich sein.

Der Klimawandel hat die Zitadelle erreicht – massive Baumfällungen waren auf der Zitadelle erforderlich

Der Klimawandel hat die Landeshauptstadt Mainz und somit auch die Zitadelle erreicht. Die aus Nordamerika stammende, durch Pilze verursachte „Rußrindenkrankheit“, die Ahorn-Bäume in kürzester Zeit zum Absterben bringt, hat den Baumbestand der Mainzer Zitadelle flächig befallen. Auf den Wällen mussten in den letzten Jahren aus Verkehrssicherungsgründen zahlreiche Bäume gefällt werden, die in Reichweite von Wegen, Parkplätzen und Gebäuden standen. Ursache hierfür sind die dauerhaft zu milden Temperaturen und die Hitzesommer, durch die der Pilz die geschwächten Bäume infizieren konnte. Das Aussehen und das Ökosystem dieses für die Tierwelt, das Kleinklima der Altstadt und für die Naherholung bedeutsamen Bereiches hat sich hierdurch erheblich verändert. Eine Wiederbegrünung mit einer auf die neuen Standortansprüche angepassten Vegetation wird durchgeführt.



WIR BILDEN AUS



► Jetzt bewerben

www.mainzer-stadtwerke.de/ausbildung



Hinweise zur Barrierefreiheit

Das Festivalgelände ist eine alte Festungsanlage mit unebenen Bodenverhältnissen (Wiese, Kopfsteinpflaster, unbefestigte Wege) und teils steilem Gelände. Uns ist bewusst, dass die Begebenheiten nicht optimal sind und wir versuchen dies zu verbessern. Da es sich allerdings um ein denkmalgeschütztes Gelände der Stadt handelt, welches wir zudem mit unserem Festival jährlich nur während der vier Pfingsttage bewohnen, sind unsere Handlungsmöglichkeiten sehr eingeschränkt. Um die Planung des Besuchs für mobilitätseingeschränkte Festivalbesucher*innen zu erleichtern, versuchen wir die Begebenheiten in diesem Programmheft zu beschreiben. Nähere Infos zum Gelände findet Ihr auf Seite 30 unter dem Bühnen- und Lageplan. Einige Veranstaltungen werden gebärden gedolmetscht um auch gehöreingeschränkten Menschen den Zugang zu ermöglichen. Zudem haben wir bestimmte Veranstaltungen mit Piktogrammen gekennzeichnet.

 Rollstuhlgerecht  Deutsche Gebärdensprache  Untertitel

Alle Filme des Filmprogramms werden mindestens mit einfachen Untertiteln und wenn möglich in der Fassung für Gehörlose gezeigt. Welcher Film in welcher Fassung zu sehen sein wird, könnt Ihr dem Aushang am Filmkeller entnehmen.

Es handelt sich hierbei lediglich um Empfehlungen unsererseits. Gerne könnt Ihr Euch bei Fragen und Problemen jederzeit an die Mitarbeitenden des Festivalbüros wenden.

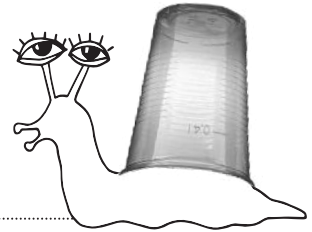
Festivalzeitung Die OPEN OHR Nachrichten des Stadtjugendring Mainz e. V.

Auch in diesem Jahr werden sich etwa 15 ambitionierte (Hobby-) Redakteur*innen im Jugend- und Erwachsenenalter die Festivalnächte um die Ohren schlagen, um Euch jeden Morgen mit einer druckfrischen Ausgabe der OPEN OHR Nachrichten zu versorgen. Die Zeitung, die direkt auf der Zitadelle produziert wird, versteht sich als eine kritische und unabhängige Tageszeitung für ein kritisches und unabhängiges Festival. Neben brandaktuellen Veranstaltungskritiken und Hintergrundberichten wird es natürlich auch wieder Interviews mit Künstler*innen und Besucher*innen geben. Mit Anregungen, Fragen, Leser*innenbriefen oder Kritiken zu den OPEN OHR Nachrichten ist man am Meeting Point der Redaktion an der richtigen Stelle. Im Übrigen wird dort auch die jeweils neueste Ausgabe der OPEN OHR Nachrichten zu ergattern sein. Nutzt den Meeting Point also als das offene Ohr der Festivalzeitung! Außerdem erhaltet Ihr die OPEN OHR Nachrichten noch im Kaffeezelt und im Festivalbüro. Ihr seid eingeladen, den Meeting Point für Eure Verabredungen und die Suche nach Mitfahrgelegenheiten zu nutzen.

Auch in diesem Jahr wird es wieder die begehrten Ohrschützer (auch Mickey Mäuse genannt) zu leihen geben. Mehr Infos in der ersten Ausgabe der OPEN OHR Nachrichten.

Die OPEN OHR Nachrichten werden unterstützt von medien.rlp – Institut für Medien und Pädagogik e.V., der Jugendstrategie JESI, des Ministeriums für Familie, Frauen, Kultur und Integration (MFFKI) Rheinland-Pfalz, der Sparda-Bank, der Mainzer Stadtwerke AG, dem Kopierzentrum-Neustadt, der Pfarrer-Landvogt-Hilfe e.V., der Lotto Stiftung Rheinland-Pfalz und der Stadt Mainz. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle!

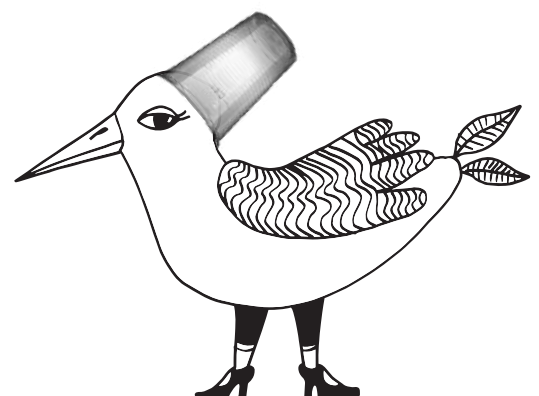
Müll



Er gehört leider genau so zum Festival wie Musik, leckeres Essen und gute Laune: der Müll.

Jeden Morgen zieht unser fleißiges Reinigungsteam über das Gelände, um es für Euch wieder festivalbereit zu machen. Aber damit das Festivalgelände und der Zeltplatz sauber bleiben und alle das OPEN OHR Festival genießen können, brauchen wir auch Eure Unterstützung. Wir möchten Euch bitten, Euren Müll in die dafür vorgesehenen Mülleimer zu bringen, sowohl auf dem Gelände als auch auf dem Zeltplatz und vor allem, wenn Ihr abreist. Bringt die Flaschen zurück zu den Getränkeständen (dafür bekommt Ihr auch Pfand zurück), sammelt Eure Zigarettenstummel ein oder benutzt die Taschenaschenbecher, die es im Festivalbüro gegen Spende gibt, und sammelt Reste auf, auch wenn es vielleicht nicht Eure sind.

Nachdem der Wunsch nach weniger Plastikmüll in der Festivalreflexion angebracht wurde, haben wir uns mit den Standbetreiber*innen zusammengesetzt. Das Ergebnis: An allen Essensständen wird abbaubares Einweggeschirr verwendet. Das soll die Menge an nicht abbaubarem Plastikmüll reduzieren. Dennoch gehört dieses Geschirr natürlich auch in die Tonne und nicht in die Natur. Zusammen können wir das Festival sauber halten und die Natur so wenig wie möglich belasten, so dass das OPEN OHR Festival auf der Zitadelle bleiben kann.



Krank oder gesund?

[Sa] 11.30 Uhr | Drususstein | *Eröffnungspodium* 🖐️

Psychische Störungen sind oft schwer zu erkennen und zu diagnostizieren. Eine klare Diagnose kann dabei zwar einerseits helfen, Klarheit über den Krankheitszustand eines Menschen zu schaffen und eine angemessene Behandlung zu finden, andererseits können Diagnosen aber auch stigmatisierend wirken und negative Auswirkungen beispielsweise auf die berufliche Laufbahn haben.

Auf diesem Podium steht im Zentrum die Frage nach Vor- und Nachteilen von Diagnosen. In einem kurzen Einstiegsvortrag sollen dabei die Kriterien zur Diagnose von psychischen Störungen erläutert werden. Anschließend soll diskutiert werden, ob die Entscheidung „krank oder gesund“ in der Psychiatrie überhaupt so kategorial zu beantworten ist, von welchem Norm-Begriff dabei ausgegangen wird, inwieweit Diagnosen für das Gesundheitssystem notwendig sind und wie sie dem Individuum helfen, aber auch schaden können.

Es diskutieren: Dr. Corinna Schmechel (HU Berlin, Herausgeberin des Sammelbandes „Gegendiagnose“), Dr. med. Robert Friedrich von Cube (Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie), Daniel Brodersen (Psychologischer Coach), Jonas Mich

Moderation: Lisbeth Schröder (Wissenschaftsjournalistin)





Fluch oder Segen? Coming of age mit Social Media

[Sa] 13.30 Uhr | Auf der Mauer | Jugendpodium 

Von zu viel Fernsehen bekommt man viereckige Augen. Und von zu viel Instagram bekommt man Depressionen – klingt beides nach einem kläglichen Erziehungsversuch verzweifelter Eltern. Doch Letzteres ist tatsächlich Gegenstand wissenschaftlicher Studien: Soziale Medien können psychische Krisen bei Jugendlichen fördern. Grundsätzlich bieten soziale Netzwerke und Messenger viele Vorteile: Wir können uns weltweit vernetzen, sozialen Anschluss und Freundschaften finden; wir können Informationen und Inhalte erhalten, die unseren Interessen entsprechen. Andererseits ist immer wieder die Rede davon, dass soziale Medien ein hohes Suchtpotenzial haben; dass Nutzer*innen mit Hate Speech und Cybermobbing konfrontiert werden und durch Algorithmen in ungesunde Filterblasen abrutschen können. Welche Rolle spielen Instagram und Co. für Jugendliche, für ihr psychisches Wohlbefinden und ihre Entwicklung? Dieses Podium stellt die Erfahrungen junger Menschen mit sozialen Medien in den Mittelpunkt. Im Dialog mit dem Publikum möchten wir über die Chancen und Risiken und einen gesunden Umgang mit sozialen Medien sprechen.

Es diskutieren: Lea Ehrmann (Studentin, Mitglied im U21-Team der TINCON – teenageinternetwork conference), Phillip Pilcher (Doktorand JGU Mainz - Schwerpunkt Digitalisierung), Harrison Krampe (Stellv. Stadtschulsprecher und Leiter Arbeitskreis Mental Health, Stadtschüler*innenrat Frankfurt am Main), Ayman Yamado (Schülervertretung der IGS Hechtsheim, Mainz), N.N.

Moderation: Pia Kabitzsch (Psychologin M. Sc., Autorin, Wissenschaftsjournalistin)

Ein offenes Ohr für... Depression

[Sa] 13.30 Uhr | Filmkeller | Interview

Fehlende Energie, sozialer Rückzug und Hoffnungslosigkeit – wie lebt es sich mit Depressionen?

Eva Jahnen lebt seit 17 Jahren mit ihrer Diagnose, doch es dauerte lange, bis sie ihre Depressionen besser verstehen lernte. Heute findet sie Worte und Bilder für die stigmatisierte Erkrankung, die viele sprach- und mutlos werden lässt. Sie schreibt als Betroffene über die unsichtbare Krankheit Depression auf ihrem Instagram-Kanal „@depridisco“ und teilt ihre Erfahrungen in ihrem Buch „Die Gedanken sind Blei“. Ihre bunten Illustrationen visualisieren auf humor- und hoffnungsvolle Weise die unterschiedlichen Facetten einer Depression.

Im Rahmen eines Interviews wird sie von ihrer psychischen Erkrankung, dem eigenen Umgang damit und ihren Erfahrungen mit ihrem Umfeld berichten. Darüber hinaus werden Passagen aus ihrem Buch gelesen und Illustrationen gezeigt.

Es spricht: Eva Jahnen, Kommunikationsdesignerin und Autorin

Interviewerin: Dominique de Marné, Mental Health Visionary

In Kooperation mit der Landeszentrale für Gesundheitsförderung Rheinland-Pfalz e. V.

LZG Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.

Ein offenes Ohr für... Zwangserkrankungen

[Sa] 15.00 Uhr | Kulturei | Interview

Den Herd kontrollieren, ob er wirklich abgeschaltet ist; der Drang, ständig Hände zu waschen; „Sicherheitszahlen“, die ein Unglück abwenden sollen – wie lebt es sich mit einer Zwangserkrankung?

Christopher hat selbst unter starken Zwängen gelitten und hätte damals gerne eine Anlaufstelle in der Umgebung gehabt. Durch eine Therapie hat er gelernt, mit seinen Zwängen umzugehen und kann inzwischen „zwangsfrei“ leben. Er hat eine Selbsthilfegruppe ins Leben gerufen, die für alle offen ist, in der sich niemand für seine Zwänge zu schämen braucht und in der sich alle gegenseitig unterstützen. Er findet: „Niemand sollte mit dieser Erkrankung alleine fertig werden müssen.“

Im Rahmen eines Interviews wird er von seiner psychischen Erkrankung, dem eigenen Umgang damit und seinen Erfahrungen mit seinem Umfeld berichten.

Es spricht: Christopher Martin-Schütte, Gründer und Leiter der Selbsthilfegruppe Angst- und Zwangserkrankungen Groß-Gerau

Interviewerin: Dominique de Marné, Mental Health Visionary



Den Umständen entsprechend gesund?!

[Sa] 15.30 Uhr | Kleines Zelt | Vortrag und Postersession 3

Wir alle werden in eine Gesellschaft geboren und übernehmen ihre Werte, Normen und Gebräuche. Faktoren wie Herkunft, Familie und Freundeskreis beeinflussen unser Verhalten und unser Interesse. Können wir hier auch hinsichtlich unserer psychischen Gesundheit beeinflusst werden? Beispielsweise erkranken Menschen, die in Armut leben, eher an Depressionen als Reiche. Gibt es Sozialisationsbedingungen, die vulnerabel oder auch resilient für psychische Erkrankungen machen?

Aus der Sozialisation ergeben sich für jedes Individuum verschiedene Rollenbilder. Können uns diese Rollenbilder auch unter Druck setzen? Was ist, wenn wir unsere Rollenerwartungen nicht erfüllen?

BiPoC, LGBTQIA+ Personen oder Menschen mit Behinderung sind stärker von psychischen Erkrankungen betroffen. Doch woran liegt das? Was ist Minderheitenstress und wie kann er vermieden werden?

Es ist Zeit, nach Lösungen zu suchen. Was kann getan werden, um die Folgen negativer Sozialisationsbedingungen abzufedern? Was sind Resilienzfaktoren und wie können diese von Gesellschaft und Politik gefördert werden? Wir wollen hier die Vielschichtigkeit des Themas Sozialisation hinsichtlich psychischer Erkrankungen bestmöglich abbilden. Dazu bieten wir einen Ausstellungsraum auf dem Festivalgelände, in dem verschiedene wissenschaftliche Poster ihren Platz finden. Kommt vorbei, schaut Euch die Poster an und diskutiert!

Vortrag: Dr. Donya Gilan (Wissenschaftliche Leitung „Resilienz & Gesellschaft“ am LIR)

Poster: Clara Pering und Lou Doré (Queer-EMH-Projekt, Universitätsmedizin Mainz), Wissenschaftler*innen des LIR aus dem Bereich „Resilienz und Gesellschaft“, Phillip Pilcher (Doktorand an der JGU Mainz – Schwerpunkt Digitalisierung), N.N.

Der Staat und seine süchtige Bevölkerung

[Sa] 17.30 Uhr | Auf der Mauer | Podium

1,6 Millionen Menschen mit einer Alkoholabhängigkeit, 430.000 Menschen mit einer Spielsucht und 12 Millionen Raucher*innen in Deutschland – die Folgen dieser und zahlreicher anderer Suchterkrankungen sind oft körperliche Beschwerden und Folgeerkrankungen, soziale Isolation, finanzielle Not sowie weitere psychische Störungen.

Wie sind solch hohe Zahlen zu erklären? Was unternimmt der Staat, um Menschen vor Suchterkrankungen zu schützen und bereits Erkrankten zu helfen? Sind Präventionsmaßnahmen wie Werbeverbote oder Steuererhöhungen für Suchtmittel wirklich sinnvoll oder sollten nicht andere Strategien gewählt werden? Lasst uns darüber hinaus diskutieren, welchen Effekt eine (Ent-)Kriminalisierung von Suchtmitteln hat, ob die Suchtmittelindustrie ausreichend in die Pflicht genommen wird und ob solche Maßnahmen überhaupt gegen gesellschaftliche Wirkfaktoren, wie beispielsweise die „Trinkkultur“, eine Chance haben.

Es diskutieren: Kerstin Öhl (Referentin Suchthilfe, Psychiatrie, Online-Beratung; Caritasverband für die Diözese Mainz e. V.), Jan Mücke (Hauptgeschäftsführer des Bundesverbandes der Tabakwirtschaft und neuartiger Erzeugnisse e. V.), Gaby Hub (Vorsitzende des Kreuzbund Diözesanverband Mainz e. V.), Ates Gürpınar (Sprecher für Krankenhaus-, Pflege- und Drogenpolitik, Fraktion DIE LINKE. im Bundestag)

Moderation: N.N.

Anzeige



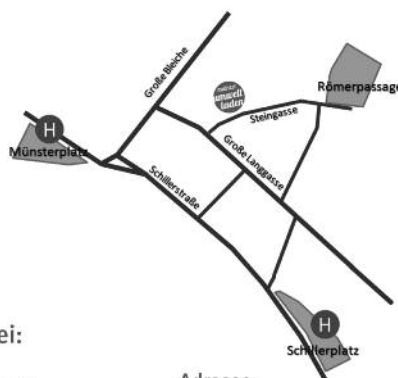
Wir sind Ihr Ansprechpartner bei:

- Fragen zu Abfall, Wasser und Abwasser, Natur- und Klimaschutz, Mobilität und anderen Umweltthemen
- Fachgerechter Entsorgung von: Batterien, Brillen, CDs & DVDs, Korken, alten Handys, Tinten- und Tonerkartuschen, ...
- Meldungen zu illegalen Abfallfunden in Mainz
- und vielem mehr ...

Adresse:
Steingasse 3-9,
55116 Mainz

Öffnungszeiten:
Montags - Freitags
10.00 - 13.00
und 13.30 - 18.00 Uhr
Samstags
10.00 - 14.00 Uhr

Noch Fragen? -> umweltinformation@stadt.mainz.de oder 06131- 12 21 21



Der Letzte zahlt

[So] 11.30 Uhr | Kleines Zelt | *Vortrag und Podium* 3

Unser Gesundheitssystem bietet psychisch Erkrankten viele verschiedene Hilfsangebote wie Beratungsstellen, Notfalltelefone, Selbsthilfegruppen, Psychotherapie und Psychiatrie. Doch wer macht eigentlich was? Wo bekomme ich schnell und wo langfristig Hilfe?

Trotz des großen Angebots scheitern viele Betroffene an Hürden wie knappen Plätzen und langen Wartelisten. Nur etwa 10 % der Hilfesuchenden nehmen psychotherapeutische Hilfe schließlich tatsächlich in Anspruch. Vor allem die geringe Anzahl an Kassensitzen scheint die Deckung des hohen Bedarfs an professioneller Hilfe zu verhindern.

Auf dem Podium soll zuerst ein Überblick über die verschiedenen Angebotsformen gegeben werden. Anschließend soll diskutiert werden, wie das Gesundheitssystem dem hohen Bedarf an professioneller Hilfe begegnen und insbesondere auf sprunghafte Anstiege (wie etwa durch die Corona-Pandemie verursacht) flexibel reagieren kann, wer die entstehende finanzielle Last trägt und wie diese in Zukunft verteilt werden kann.

Einstiegsvortrag: Ulla Klotzki (Geschäftsleitung Sozialtherapeutische Beratungsstelle/Betreuungsverein e.V.), Dr. Siegfried Stephan (Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Vorsitzender Vertreterversammlung der KV RLP)

Es diskutieren: Daniel Stich (Ministerialdirektor Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit Rheinland-Pfalz), Svenja Lang (Koordinierungsstelle für gemeindenaher Psychiatrie der Stadt Mainz), Dr. Andrea Benecke (Vizepräsidentin der Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz), Dr. Siegfried Stephan (s.o.)

Moderation: Ulla Klotzki (s.o.)



Foto: Michel Naujoks

Männer & Zerbrechlichkeiten

von Paul Ninus Naujoks

[So] 13.00 Uhr | Kulturei | *Lesung* | ab 16 Jahre

Was ist Männlichkeit? Gibt es mehr als eine? Wer entscheidet darüber? Und wo findet ein trans Mann bei alledem seinen Platz? Das Buch „Männer & Zerbrechlichkeiten“ erzählt die Reise von Paul Ninus Naujoks, wie er als trans Mann seinen Weg in die Männlichkeit fand, welche Hürden, Unsicherheiten und Überforderungen ihm dabei begegneten und auch, wie wir als Gesellschaft offener sein könnten für Menschen, die aus der Norm herausfallen.

Kommt vorbei und lasst Euch in leichter Sprache mit in seine Welt nehmen. Im Anschluss gibt es Raum für Austausch.

Es liest: Der Autor selbst. Mit „Männer & Zerbrechlichkeiten“ schaffte es der 27jährige nicht nur unter die TOP 10 des Young Storyteller Awards 2022, darüber hinaus war das Buch mehrere Male vergriffen und mehrere Wochen unter den TOP 20 der Amazon Rankings in der Kategorie „Politische Biografien & Erinnerungen“.

www.paulninusnaujoks.com

Ein offenes Ohr für... Bipolare Störungen

[So] 13.30 Uhr | Filmkeller | *Interview*

Stimmungsschwankungen vom extremen Hoch hin zum andauernden Tief – wie lebt es sich mit einer bipolaren Störung? Jonas Mich lebt seit seinem Abitur vor etwa sieben Jahren mit den Diagnosen Depression und bipolare Störung. Unterstützung erhält er damals wie heute von seinem Vater, der selbst mit einer Angsterkrankung lebt und aus eigener Hand Erfahrung im Umgang mit psychischer Gesundheit hat. Neben regelmäßiger Therapie dient Jonas vor allem die Musik als Ventil. In seinem eigenen Tonstudio als Safe Space kann der selbstständige Produzent abschalten. Seine Songs fungieren dabei als sein Tagebuch. Darüber hinaus setzt sich Jonas in Selbsthilfegruppen und Workshops aktiv in Sachen Aufklärung und Awareness ein.

Im Rahmen eines Interviews wird er von seiner psychischen Erkrankung, dem eigenen Umgang damit und seinen Erfahrungen mit seinem Umfeld berichten.

Es spricht: Jonas Mich

Interviewerin: Dominique de Marné, Mental Health Visionary

Ein offenes Ohr für... Borderline

[So] 15.00 Uhr | Kulturei | Interview

Stimmungsschwankungen und Impulsivität, eine wilde Achterbahnfahrt der Gefühle – wie lebt es sich mit Borderline? Marie-Christin lebt und arbeitet in Mainz und weiß, wie sich das anfühlt. Bei ihr wurde eine Emotional Instabile Persönlichkeitsstörung, auch Borderline-Persönlichkeitsstörung (BPS) genannt, diagnostiziert. Früher haben starke Emotionen bei ihr oft dazu geführt, dass sie sich selbst verletzt hat. Auch häufige Jobwechsel waren lange ein Thema – dank verschiedener Therapien hat sie das alles aber sehr gut im Griff. Seit einigen Jahren ist sie ehrenamtlich im Bereich der psychischen Gesundheit tätig, vor allem an Schulen und Universitäten. Sie leistet Aufklärungsarbeit und gibt Menschen die Möglichkeit, nicht nur ÜBER, sondern endlich auch mal MIT Betroffenen zu reden.

Im Rahmen eines Interviews wird sie von ihrer psychischen Erkrankung, dem eigenen Umgang damit und ihren Erfahrungen mit ihrem Umfeld berichten.

Es spricht: Marie-Christin Stabel

Interviewerin: Dominique de Marné, Mental Health Visionary

Arbeitest du noch oder lebst du schon??

[So] 15.30 Uhr | Kleines Zelt | Podium 3

Die ständige Konfrontation mit Erwartungen und der systemseitige Fokus auf Produktivität und Leistungsvermögen erzeugen einen enormen Druck, der auf dem Individuum lastet und bei vielen für Stress sorgt. Dieser Stress kann in vielfältigen Erscheinungen auftreten und der Umgang damit sowie die Verarbeitung dessen sind sehr individuell. Welche Folgen hat der Fokus auf Produktivität für die psychische Gesundheit? Ist nur ein produktiver Mensch auch ein gesunder Mensch? Und wie viel Leistung ist überhaupt gesund?

Auf diesem Podium wird darüber gesprochen, welche Auswirkungen die Leistungsgesellschaft auf die psychische Gesundheit hat und welche Ansätze bestehen, um dem entgegenzuwirken. Zudem soll diskutiert werden, was auf gesellschaftlicher Ebene getan werden kann, um den Leistungsdruck auf das Individuum zu mindern. Wie sollte von politischer Seite oder seitens der Wirtschaft reagiert werden?

Es diskutieren: Es diskutieren: Myriam Lauzi (DGB Abteilungsleiterin Soziales und Gesundes), Dr. Marc Engelmann (Rechtsanwalt / FDP Mainz), Lea Schuller (Carl-Korth-Institut Arbeits- und Gesundheitsschutz), Katharina Happel (Freiberufliche Redakteurin und Podcasterin)

Moderation: Dr. Lisa Schleker (Wirtschaftspsychologin)

In Kooperation mit der Rosa-Luxemburg-Stiftung Rheinland-Pfalz



Poetry Slam

[So] 15.45 Uhr | Drususstein | 90 Minuten

Schunke III. und Lenny Felling präsentieren euch einen Poetry Slam der besonderen Art: in ihren selbst geschriebenen und vorgetragenen Texten beschäftigen sich die sechs eingeladenen Slam-Poet*innen allesamt mit psychischer Gesundheit bzw. Krankheit. Ob es nun um Depression oder „Sinn-fluencing“ geht, ob der Text gereimt ist, lustig, ernst oder traurig, am Ende entscheidet Ihr als unabhängige Jury, welche Poet*innen die nächste Runde erreichen und wer am Ende OPEN OHR Slam Poet*in des Jahres 2023 wird. Auch Euch als Festivalbesucher*innen möchten wir in diesem Format die Möglichkeit bieten mit Euren eigenen Texten zu begeistern. Dafür halten wir noch zwei Wild-Card Plätze bereit, für die Ihr euch kurz vor Beginn des Slams bei Schunke III. an der Bühne meldet.

Teilnehmende: Yasmin Abbas (Mainz), Jana Esser (Wittlich), Leonie Batke (Mainz), Jan Schmidt (Bochum), Steffi Schiffner (Mainz), Nesh Vonk (Darmstadt)

Moderation: Lenny Felling und Schunke III.

Anzeige





Let's talk about ...

♡♡ Love

Jugendsprechstunde

Dienstags 15:00 bis 17:00 Uhr

Quintinsstraße 6 • 55116 Mainz ☎ 06131-2876610

mainz@profamilia.de • www.sextra.de

Im Krisenmodus – Aktiv gegen die „Klimaangst“

[So] 17.30 Uhr | Auf der Mauer | Podium

Der Blick in die Nachrichten ist angesichts immer neuer Krisen wie Corona, Krieg und Inflation zur psychischen Belastungsprobe geworden. Bei alldem scheint die Klimakrise manchmal schwer greifbar. Dabei ist sie ebenso real, akut und existenzbedrohend, wie es z. B. die Flutkatastrophe im Ahrtal 2021 gezeigt hat. Studien zufolge schaut die Mehrheit junger Menschen aufgrund der Klimakrise besorgt in die Zukunft. Oft fällt der Begriff „Klimaangst“.

„I want you to panic“, sagte Greta Thunberg, denn je mehr Menschen die Dringlichkeit der Klimakrise spüren und danach handeln, desto eher werden Klimaschutzmaßnahmen vorangetrieben. Doch oft scheint es wie ein Kampf gegen Windmühlen. Manche reagieren mit unermüdlichem Aktivismus und treiben sich in den Burnout. Auf andere wirkt die Situation lähmend. Wie geht man mit dem Ohnmachtsgefühl um, wenn eigene Sorgen von der Politik kaum gehört und von der Gesellschaft nicht anerkannt, gar als Klimahysterie verurteilt werden? Was macht „Klimaangst“ mit uns und dem gesellschaftlichen Zusammenhalt? Wie lernen wir Resilienz im Umgang mit überwältigenden Krisen?

Es diskutieren: Dr. Marc Engelmann (Rechtsanwalt / FDP Mainz), Raoul Taschinski (stellv. Vorsitzender des Deutschen Bundesjugendring), Christoph Hausmann (Psychologischer Psychotherapeut, Mitglied der Psychologists for Future), Melina Foret (Fridays for Future)

Moderation: Ellen Diehl (Friedrich-Ebert-Stiftung, Leiterin des Regionalbüros Rheinland-Pfalz/ Saarland)

Versorgung für alle!?

[Mo] 11.00 Uhr | Kleines Zelt | Podium &

Das Erreichen eines höchstmöglichen Gesundheitsniveaus sollte nicht nur für die körperliche, sondern auch für die psychische Gesundheit ein Grundrecht für jeden Mensch sein. Der Zugang zur Gesundheitsversorgung sollte diskriminierungsfrei möglich sein. Ein Blick in die Versorgungslandschaft wirft jedoch die Frage auf, warum diesem Recht anscheinend nur unzureichend nachgekommen wird.

Auf diesem Podium wird darüber gesprochen, welche Barrieren es beim Zugang zu Hilfsangeboten gibt und wie diese abgebaut werden können. Lasst uns darüber sprechen, was getan werden muss, damit auch Menschen ohne den „richtigen“ Aufenthaltsstatus, Menschen ohne festen Wohnsitz oder Menschen mit Suchterkrankung eine faire Chance auf einen Therapieplatz erhalten. Was muss passieren, damit Therapieangebote barrierefrei werden? Und wie kann dafür gesorgt werden, dass auch LGBTQIA+ und BIPOC ohne die Befürchtung, erneut Diskriminierung erleben zu müssen, in die Therapie gehen können? Wie muss sich die Ausbildung der Fachkräfte verändern? Was kann von politischer Seite getan werden? Welche Ansätze gibt es bereits und was sind wichtige Voraussetzungen, damit diese Früchte tragen?

Es diskutieren: Prof. Dr. Gerhard Trabert (Professor für Sozialmedizin und Sozialpsychiatrie), Mathias Rösch (Landesbeauftragter für die Belange von Menschen mit Behinderung Rheinland-Pfalz), Eben Louw (Berater, Supervisor), Dr. Gaby Bleichhardt (Psychotherapie-Ambulanz Marburg AG Klinische Psychologie & Psychotherapie)

Moderation: Paul Ninus Naujoks (Autor, Moderator)

In Kooperation mit der Heinrich Böll Stiftung Rheinland-Pfalz.



HEINRICH BÖLL STIFTUNG
RHEINLAND-PFALZ e.V.

Anzeige

SCHLACHTHOF WIESBADEN MURNAUSTR. 1 65189 WIESBADEN



SCHLACHTHOF^{WI}

01.06. DO	NICO STANK: MERKSTE SELBER
01.06. DO	THE TOASTERS
03.06. SA	THE DEVIL MAKES THREE
08.06. DO	THE SOFT MOON
10.06. SA	TAPEFABRIK FESTIVAL 2023
17.06. SA	LUCID VOID / MOOKEE
19.06. MO	DITZ
20.06. DI	SPEED / ZULU
01.07. SA	WAYS AWAY / SHORELINE
06.07. DO	MARKY RAMONE
22.07. SA	FEINE SAHNE FISCHFILET (OPEN AIR)
25.07. DI	T.S.O.L. / THE BRIEFS / THE STICHES
28.07. FR	SDP / SUPPORT: GREENE (OPEN AIR)
11.08. FR	KRAFTKLUB (OPEN AIR)
16.08. MI	HEAVEN SHALL BURN & TRIVIAM
03.09. SO	EROBIQUE (OPEN AIR)
17.09. SO	BUMMELKASTEN (KINDERKONZERT)
21.09. DO	BILLY BRAGG (RINGKIRCHE WI)
28.09. DO	JEREMIAS
05.10. DO	BETONTOD
09.10. MO	THE SISTERS OF MERCY
11.10. MI	MOSCOW DEATH BRIGADE
01.11. MI	DAS LUMPENPACK
06.11. MO	BOHREN & DER CLUB OF GORE
19.11. SO	TILL REINERS
26.11. SO	BEN FOLDS (KURHAUS WI)
03.12. SO	MAYBERG
08.12. FR	KYTES
20.12. MI	FATONI

schlachthof-wiesbaden.de

„Das ist ja nicht normal“

Tabuisierung und Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen

[Mo] 12.30 Uhr | Auf der Mauer | Podium

Obwohl psychische Erkrankungen zu den Volkskrankheiten zählen, sind sie vielfach immer noch ein Tabuthema. Betroffene erfahren Stigmatisierung und Benachteiligung, wodurch ihre Probleme verstärkt werden. Dies führt eventuell dazu, dass die Hilfesuche zu einer Überwindung und Selbstisolation zu einem Mechanismus wird, um sich vor Diskriminierung zu schützen. Strukturelle sowie direkte/indirekte Diskriminierung hemmen somit die Behandlungsmöglichkeiten und Heilungschancen der Erkrankten. Aufgrund dieser gesellschaftlichen Ausgrenzung und der Vorurteile ist eine Entstigmatisierung umso wichtiger, damit Erkrankte die Hilfesuche nicht mehr als eine Überwindung empfinden.

Auf diesem Podium möchten wir über die Tabuisierung und Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen sprechen. Was sind Gründe und Folgen von Stigmatisierung? Was kann dagegen unternommen werden? Was wird als normal und was als unnormal wahrgenommen? Gibt es kulturelle Unterschiede von Stigmatisierung? Worin liegen diese begründet? Welche Mechanismen der Aufklärung und Entstigmatisierung gibt es?

Es diskutieren: Josef Winkler (Vorsitzender Gesundheitsausschuss Landtag Rheinland-Pfalz, Bündnis 90/Die Grünen), Christopher Haas (unplugged – Das Beratungscafé, Irrsinnig Menschlich e. V.), Franz-Josef Wagner (Psychiatrieerfahrenen-Aktivist, Vorsitzender des Landesnetzwerks Selbsthilfe seelische Gesundheit in Rheinland-Pfalz (NetzG-RLP e.V.)), Janin Tschelchel (Wissenschaftliche Mitarbeiterin Medienwissenschaft Uni Bonn)

Moderation: Katrin Große (Bildungsreferentin & Filmwissenschaftlerin)

Die Festivalreflexion

[Mo] 14.00 Uhr | Drususstein

Die Festivalreflexion bietet Euch zum Abschluss des 49. OPEN OHR Festivals eine Plattform zur Rückmeldung und Kritik sowie für Anregungen und einen direkten Austausch mit uns, der Freien Projektgruppe, und den Mitarbeitenden des Jugendamtes Mainz. Was fandet Ihr in diesen vier Tagen klasse, wunderschön, ultrakrass, supergeil, zum Gähnen, zu verpeilt, horzonterweiternd oder fragwürdig?

Grundsätzlich besteht über den gesamten Festivalzeitraum die Möglichkeit, die eigenen Meinungen und Eindrücke auf der Festivalrolle im Festivalbüro, für alle Anwesenden sicht- und kommentierbar, festzuhalten. Außerdem habt Ihr die Möglichkeit, uns Nachrichten im OPEN OHR Briefkasten zu hinterlassen. Wir freuen uns auf das Gespräch mit Euch!

Moderation: Gesine Otto (Diplom-Sozialpädagogin und Mediatorin)



Foto: Pamela Reißmann

Patriarchale Belastungsstörung

Geschlecht, Klasse und Psyche
von Beatrice Frasl

[Mo] 13.00 Uhr | Kleines Zelt | Lesung 8



Ungleichheit in der psychischen Krankenversorgung geht uns alle etwas an!

Du fragst Dich, was Geschlecht und die Versorgung psychischer Erkrankungen gemeinsam haben? Spoiler-Alarm: sehr viel! Der Grund, warum Frauen so viel häufiger von Depressionen und Angsterkrankungen betroffen sind als Männer, Männer jedoch weniger oft Ärzt*innen aufsuchen und sich behandeln lassen, liegt u. a. in den stereotypischen Vorstellungen und Rollenbildern, die wir im Laufe unseres Aufwachsens erlernt haben. Geschlechterrollen, der „Diagnose Gap“ und gesellschaftliche Herrschaftsverhältnisse – Beatrice Frasl zeigt in diesem Buch: Das Sprechen über psychische Gesundheit ist ein feministischer Akt, ein Akt, der uns allen die Macht über uns selbst zurückgeben kann.

Es liest: die Autorin selbst. Beatrice Frasl ist Kulturwissenschaftlerin/Geschlechterforscherin, Podcasterin, Kolumnistin und immer: Feministin. In ihren Arbeiten setzt sie sich seit Jahren mit den Leerstellen im Gesundheitssystem, psychischen Erkrankungen und Feminismus auseinander.

ENTEKA BRINGT STIMMUNG* INS LEBEN.

VIEL SPASS AUF DEM
OPEN OHR FESTIVAL.

Ob Kulturvereine, Sportvereine oder
Soziales. Wir unterstützen unsere
lebenswerte Region bei unzähligen
Festen und Veranstaltungen.

PARTNER
DES OPEN OHR
FESTIVALS

EINFACH KLIMAFREUNDLICH FÜR ALLE.



Du auch hier?

50 Jahre OPEN OHR Festival (OOF) – echt jetzt? Wow! Wir können es selbst kaum glauben, was da 2024 auf uns zu kommt. So ein Meilenstein schreit natürlich nach einem Rückblick – deswegen ist ein Buchprojekt über dieses halbe Jahrhundert politisches Festival in Arbeit. Über und von Euch Festivalbesucher*innen möchten wir, die AG Redaktion des OPEN OHR Vereins dafür gern mehr wissen, Euch besser kennenlernen. Wir freuen uns, wenn Ihr uns ein paar Fragen beantwortet. Mit etwas Glück könnt Ihr eine Dauerkarte fürs Jubiläums-Festival gewinnen.

■ An welches OOF erinnerst Du Dich besonders und warum?

■ Dein schönstes/eindrucksvollstes/skurilstes/negativstes Festivalerlebnis:

■ Hast Du schonmal etwas auf dem OOF verloren (Schlüssel, Geld, Kuscheltier...)? oder gewonnen (Einsichten, Freunde)?

■ Das OOF ist für Dich:

■ Ein Besuch auf dem OOF wäre für Dich nicht komplett ohne

■ Wie weit bist Du angereist? _____ km

■ Wie bist Du angereist? _____

■ Wie alt bist Du? _____

■ Mit wieviel Leuten bist Du hier? _____ davon _____ Kinder

☐ Deine Eltern waren schon auf dem OOF, Du bist auf dem OOF groß geworden. (Wenn ja, bitte ankreuzen)

■ Du warst schon _____ mal hier

■ Du bist zufällig hier und findest es _____

■ Du bist hier wegen _____

☐ Du hast auf dem Festival Freund*innen gefunden, die Du jedes Jahr triffst. (Wenn ja, bitte ankreuzen)

■ Gibt es die typischen OPEN OHR Fans und wie würdest Du sie beschreiben?

■ Hast Du tolle Charaktere, seltsame OPEN OHR Fans oder sogar die Liebe Deines Lebens auf dem Festival kennengelernt?

■ Was ist Dein Lieblingssort auf der Zitadelle?

■ Wann warst Du das erste Mal auf dem OOF und was ist Dir in Erinnerung geblieben?

■ Was ist in Deiner Tasche, wenn du auf das OOF gehst?

■ Welches OOF-Thema wurde in Deinem Freundeskreis besonders intensiv diskutiert?

■ Was wäre ein Festivalthema für Dich?

■ Hast Du zum Festivalende ein Abschiedsritual bzw. wie kommst Du wieder im Alltag an?

■ Was würdest Du ändern, wenn Du das OOF veranstalten würdest?

■ Und was würdest Du niemals ändern?

■ Wie wird das OOF in 25 Jahren aussehen?

Wenn Du an der Verlosung von 2x1 Dauerkarten für das nächste Festival teilnehmen willst, gib bitte gut lesbar Deine Mailadresse an. Die Karten werden unter allen Teilnehmenden verlost (auch Online-Fragebogen). Benachrichtigung im Falle eines Gewinns verwendet und im Anschluß (4 Wochen nach dem Festival) gelöscht. Der Gewinn ist übertragbar und ist nicht in bar auszahlabar. Mit der Abgabe des Fragebogens erklärst Du Dich bereit, dass Infos und Auszüge aus den Fragebögen anonymisiert im Buchprojekt Verwendung finden könnten.

Hier kannst Du Deine Mailadresse angeben, falls Du an der Verlosung teilnehmen willst.



**AUCH OHNE
ALKOHOL**



**SCHÖFFERHOFER.
DAS FRUCHTIG-HERBE PRICKELN.**

Yoga

[Sa] 10.00 Uhr | Hauptwiese | *Frühsport*

Für alle, die ihre Energien wieder zum Fließen, die Chakren ins Gleichgewicht bringen und Blockaden lösen möchten, bieten Elli und Lorri eine Mischung aus verschiedenen Yogastilen. So könnt Ihr mit entspanntem und gestärktem Körper, Geist und Seele in den Tag starten.

Für Yoganeulinge und Erfahrene – alle sind herzlich willkommen! Bringt einfach eine Matte oder ein Tuch mit.

Leitung: Elli und Lorri von Magic Yoga



Foto: Annette Ludwig

Gewaltfreie Kommunikation

Verbindung verbessern – mit Dir – mit Anderen

[Sa] 13.30 Uhr | Kleines Zelt | *Workshop* 3

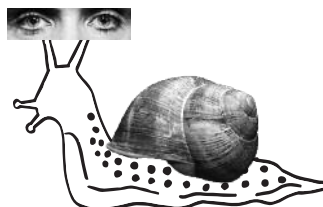
Eine authentische, gute Verbindung zu uns und anderen Menschen ist ein wesentlicher Faktor, um innere und äußere Krisenzeiten stabil überstehen zu können und für ein erfülltes, glückliches Leben.

Im Workshop wird mit verschiedenen kleinen Übungen erkundet, wie die Qualität der Verbindung zu uns selbst und zu anderen Menschen vertieft werden kann. Mit Hilfe der Gewaltfreien Kommunikation nach M. Rosenberg üben wir empathisches Zuhören und (vor)urteilsfreie Selbstmitteilung.

Dauer: 90 Minuten

Für diesen Workshop ist keine Anmeldung erforderlich.

Leitung: Matthias Richter, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation



Chillax

Entspannungskurs

[Sa] 13.30 Uhr und **[So]** 16.30 Uhr | Kulturei | *Workshop*

Taucht mit Annette Ludwig eine Stunde lang in die Welt der Entspannung ab. Hier lernt Ihr verschiedene Techniken und Methoden kennen, mit denen Ihr Euer ganz eigenes Sicherheitsnetz spannen könnt – damit Ihr im Alltag sagen könnt: „Ich bin entspannt, gelassen und bereit für ein zufriedenes Leben im Hier und Jetzt!“

Leitung: Annette Ludwig ist zertifizierte Entspannungscoachin, systemische Coachin und „wingwave“-Coachin. Sie ist zertifizierte Trainerin und Kursleiterin für kognitive Verhaltensmethoden wie z. B.: Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Achtsamkeit, Meditation, aber auch für körperorientierte Methoden, wie das ZENbo Balance.

Für diesen Workshop ist keine Anmeldung erforderlich. Wir müssen aus Sicherheitsgründen nur dann die Tür schließen, wenn die Personenanzahl erreicht ist, die für den Raum zugelassen ist. Wir bitten um Euer Verständnis – auch dafür, dass wir nach dem Beginn des Workshops leider keinen Einlass mehr möglich machen können, um Unruhe zu vermeiden.

www.chillax-mainz.de

Aus Genuss Kraft schöpfen

[Sa] 15.30 Uhr | Auf der Mauer | Workshop

Was genieße ich eigentlich in meinem Alltag? Worauf freue ich mich? Womit belohne ich mich? In diesem Workshop wird unter dem Titel „Aus Genuss Kraft schöpfen“ daran gearbeitet, inwiefern man durch bewusstes Genießen zu einem besseren psychischen Wohlbefinden gelangen kann. Nach der gemeinsamen Einführung in die Thematik und einem kurzen theoretischen Input wird der Fokus auf angeleitetes Erarbeiten gesetzt und wie man nach unterschiedlichen Stresssituationen wieder zu Kräften kommt und „auf-tanken“ kann.

Dauer: 90 Minuten

Für diesen Workshop ist keine Anmeldung erforderlich.

Leitung: Johanna Wegmann und Marie Föhr, Sozialarbeiterinnen MädchenHaus Mainz GmbH.

ALLYSHIP und ZIVILCOURAGE – gegenseitige Stärkung und Empowerment

[Sa] 16.30 und 18.00 Uhr | Kulturei | Workshop

ZIVILCOURAGE – ein kleines Wort für eine große Wirkung, bei der man sich gegen Diskriminierung, Bedrohung, Mobbing, Hate Speech gegenüber anderen Mitmenschen wehrt und sich für diese einsetzt. Man spricht hierbei auch von „sozialem Mut“, der ohne eigenes Interesse verfolgt wird und sich ungerechtem Verhalten widersetzt und dieses kritisiert. Egal ob im Alltag oder in sozialen Medien – überall kann Diskriminierung erfolgen und Solidarität gezeigt werden. Doch wie kann solidarisches und achtsames Verhalten aussehen? Wo benötigen wir Unterstützung bei diskriminierendem Verhalten? Wie hilft man seinen Mitmenschen, sie in ihrem Wohlbefinden zu bestärken, ohne sich selbst zu gefährden? Diese Fragen sollen in dem Workshop beantwortet werden. Also kommt vorbei und lernt, wie man Großes bewirken kann.

Dauer: 60 Minuten

*Für diesen Workshop ist keine Anmeldung erforderlich. Allerdings ist die Teilnehmer*innenzahl auf jeweils 25 Personen begrenzt. Zu Beginn des Workshops bzw. sobald die Personenanzahl erreicht worden ist, wird die Tür geschlossen.*

Durchgeführt von: Silke Gorges (u. a. Trainerin für Zivilcourage, Fachpädagogin Konfliktkommunikation)

www.starkdurchsleben.de

Lachyoga

[So] 10.00 Uhr | Hauptwiese | Frühsport ☯

Lachyoga ist ein einzigartiges Konzept. Wir lachen ohne Grund und sind nicht auf Humor oder Witze angewiesen. Getreu dem Motto „Fake it until you make it“ untermalen wir unsere Übungen mit künstlichem Lachen. Unser kindliches Spiel, unser Augenkontakt sowie unsere Gruppendynamik wandeln das künstliche Lachen umgehend in ein echtes Lachen um. Der Clou daran: Unser Körper erkennt nicht den Unterschied zwischen einem echten oder unechten Lachen. Die positive Wirkung des Lachens ist dieselbe.

Beim Lachen werden unzählige Glückshormone ausgestoßen. Es reduziert Stress und stärkt das Immunsystem. Sobald wir lachen, atmen wir unbewusst tiefer ein und aus. Durch die vermehrte Sauerstoffzufuhr fühlen wir uns energetischer und kraftvoller. Mit Lachyoga hast Du die Möglichkeit zu lachen, auch wenn Dir nicht danach ist. Du stärkst deine Psyche und stehst schwierigen Zeiten positiver entgegen.

Lasst uns gemeinsam Lachen – Für Frieden – Für Gesundheit – Für Zufriedenheit.

Leitung: André Wiegel, Lachyogaleiter und Lachyogalehrer vom Lachclub Bad Kreuznach



Foto: Michael Muschalowski

Prokrastination bewältigen

[So] 12.00 Uhr | Auf der Mauer | *Workshop*

„Eigentlich hatte ich doch Zeit, warum habe ich das schon wieder nicht erledigt?“ oder „Warum habe ich wieder eine ganze Stunde mit Social Media verbracht, eigentlich wollte ich doch etwas ganz anderes machen“. Wer kennt Gedanken wie diese nicht!? Prokrastination bzw. das Aufschieben von Tätigkeiten ist weit verbreitet und kann je nach Intensität zu einer ernst zu nehmenden Belastung für die mentale Gesundheit führen.

Aber warum tun wir Menschen das überhaupt, wenn es doch so viel leichter wäre, die Aufgaben „einfach“ zu machen? In diesem Workshop hast Du die Gelegenheit Dich damit zu beschäftigen, was Dich dazu bringt aufzuschieben. Hierbei werden wir vor allem einen Blick auf die emotionalen Hintergründe werfen. Es werden aber auch Methoden präsentiert, die dabei helfen können, Prokrastination zu reduzieren. Denn weniger Aufschieben bedeutet weniger Stress und mehr Erfolgserlebnisse. Beides wirkt sich positiv auf Deine mentale Gesundheit aus.

Dauer: 60 Minuten

Für diesen Workshop ist keine Anmeldung erforderlich.

Leitung: Benjamin Strohm ist Psychologischer Psychotherapeut für Verhaltenstherapie. Seit 2018 ist er in der Psychotherapeutischen Beratungsstelle der Johannes Gutenberg-Universität Mainz tätig und bietet dort ähnliche Workshops für Studierende an.

Climate Emotions

Psychologische und psychotherapeutische Perspektiven auf Klimakrise und planetare Grenzen

[So] 13.30 Uhr | Kleines Zelt | *Workshop* 3

Wenn wir über die Klima-/Umweltkrise sprechen, dann zu meist naturwissenschaftlich-technisch oder auch politisch. Die Krise ruft aber auch Gefühle hervor: von der bereits gut erforschten „Klima-Angst“ über Wut bis hin zu Schuldgefühlen. Nach einem kurzen Vortrag über den wissenschaftlich-psychologischen Kenntnisstand gibt es die Möglichkeit, ins Gespräch über die Krisen und Gefühle, Handlungsmöglichkeiten und Resilienz (psychische Widerstandsfähigkeit) zu kommen.

Dauer: 90 Minuten

Für diesen Workshop ist keine Anmeldung erforderlich. Wir bitten um Euer Verständnis, dass wir nach dem Beginn des Workshops leider keinen Einlass mehr möglich machen können, um Unruhe zu vermeiden.

Leitung: Chris Hausmann ist Psychologischer Psychotherapeut in eigener Praxis und koordiniert das kostenlose Beratungsangebot der Psychologists for Future, bietet Vorträge und Gesprächskreise an. Seine Lohnarbeits-Schwerpunkte sind Trauma- und Gruppentherapie, er ist Co-Herausgeber des Fachbuchs „Climate emotions: Klimakrise und psychische Gesundheit“.

www.psychologistsforfuture.org

Playfight – Freudiges und spielerisches Raufen

[So] 15.30 Uhr | Auf der Mauer | *Workshop*

Du hast Freude an Bewegung und möchtest Deine eigenen Grenzen spüren? Gleichzeitig schätzt Du den achtsamen Kontakt und das Miteinander in der Gruppe? Dann komm zum spielerischen Raufen!

Nach einem Warm-up für den Körper und zum Kennenlernen wird in Kleingruppen mit festgelegtem Ablauf und festen Regeln spielerisch gerauft. Dabei begegnen sich jeweils zwei Menschen für etwa fünf Minuten. Die Kleingruppe schaut während des Playfights zu.

Es geht nicht ums Besiegen – das Einzige, was sich zu besiegen lohnt, sind Deine eigenen Hemmungen und Ängste! Trau Dich und komm vorbei – alle sind herzlich willkommen! Wenn Du hast, bring gerne eine (Yoga-)Matte mit, es geht aber auch ohne.

Dauer: 80 Minuten

Leitung: Peter Link unterstützt als Bodyworker und Coach Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung. Playfight-Events bietet er regelmäßig in Frankfurt am Main an.

Selbsthilfegruppe erleben

[So] 17.30 Uhr | Kleines Zelt | *Workshop* 3

In Selbsthilfegruppen finden sich Menschen zusammen, die das gleiche oder ähnliche Problem haben, miteinander reden und sich über ihre Schwierigkeiten im Alltag austauschen. Doch wie genau gestaltet sich so eine Selbsthilfegruppe? Und wie findet man eine? Welche Anlaufstellen gibt es? Diese und weitere Fragen rund um Selbsthilfegruppen sollen in diesem Workshop nicht nur beantwortet, sondern auch erlebbar gemacht werden. Engagierte, Erfahrene und Fachpersonen kommen hier zu Wort, lassen zu Wort kommen und machen dabei das Konzept einer Selbsthilfegruppe erfahrbar.

Dauer: 90 Minuten

*Die Teilnehmer*innenzahl ist auf 50 Personen begrenzt. Bitte tragt Euch in die Teilnehmer*innenliste im Festivalbüro ein! Bitte habt Verständnis, dass nur in die Liste eingetragene Besucher*innen teilnehmen können.*

Durchgeführt von: Sumaya Bohmerich (Stellvertretende Leitung von KISS Mainz)

Drum Fitness

[Mo] 10.00 Uhr | Hauptwiese | *Frühsport*

Drum Fitness kann nicht erklärt werden. Das musst Du selbst erleben!

Stell Dir eine Jam Session vor, die gleichzeitig ein Cardio-Training ist – das kommt dem zumindest nahe. Durch die gemeinsamen rhythmischen Bewegungen mit den Trommelstöcken wirst Du selber zum Beat der Musik und vergisst dabei komplett, dass Du gerade Sport machst. Sowohl Ausdauer als auch Kraft werden dabei mit viel Spaß verbessert. Es entsteht eine ganz besondere Atmosphäre, bei der Du Eins wirst mit allem und allen um Dich herum. Die Gedanken kommen zur Ruhe und Gefühle haben endlich einen Katalysator. Da die Bewegungen angepasst werden können, eignet es sich für alle Fitness-Level. Egal ob Du Dich ordentlich auspowern willst oder nur soft für den Tag aktivieren möchtest: Entscheide einfach spontan, wie intensiv Du das Ganzkörpertraining ausführen möchtest. Sei dabei und komm bei diesem abenteuerlichen Fitnesskurs in Deine Lebendigkeit!

Leitung: Nadin Matthesi von Drum Fitness

Open Stage

[So] 24.00 Uhr | Hauptwiese 3

Wertes Publikum, Zeit für einen Perspektivwechsel! Nachdem Ihr nun drei Tage lang die Gelegenheit hattet, den Kunstschaaffenden und Referierenden bei ihrem Werk zuzuschauen, aus dem Publikum heraus mitzudiskutieren oder auch einfach nur die Kunst zu genießen, zu tanzen und zu staunen, ist es nun an der Zeit, selbst auf die Bühne zu steigen. Auf unserer Open Stage bieten wir Euch die Gelegenheit, Eure Kreativität und Eure Gedanken zu teilen. Stellt Fragen, drückt Eure Gefühle aus, musiziert und dichtet. Eurer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt – naja, höchstens zeitliche. Wir und das restliche Publikum sind gespannt auf Eure Beiträge und Talente!

*An die werdenden Künstler*innen: Im Festivalbüro liegt eine Anmeldeliste bereit, bitte tragt Euch dort ein!*

Moderation: Teresa Stockem und Horst Stockem

Djembe Trommeln

[Mo] 11.00 Uhr und 12.30 Uhr | Vor der Kulturei | *Workshop*

Ein Workshop für alle, die Lust haben, die Rhythmik der Trommeln kennenzulernen. Die Grundschnitte auf der Djembe und einfache Rhythmen werden Schritt für Schritt erlernt und gemeinsam getrommelt. Lernt die Lebensfreude Afrikas kennen, lasst Euch von den schwungvollen Rhythmen, dem dynamischen Gruppenerlebnis und der temperamentvollen Art von Moulaye Seck mitreißen.

Dauer: 60 Minuten

*Die Teilnehmer*innenzahl ist auf 15 pro Workshop begrenzt. Bitte tragt Euch in die Teilnehmer*innenliste im Festivalbüro ein! Bitte habt Verständnis, dass nur in die Liste eingetragene Besucher*innen teilnehmen können.*

Leitung: Moulaye Seck, Trommellehrer von Rhythmus African Art

www.rhythmus-african-art.de



Foto: Moulaye Seck

Wie geht's?

Eine Ausstellung von Irrsinnig Menschlich e. V.

[Fr] bis **[Mo]** jederzeit | an den Bauzäunen beim Großen Zelt | *Ausstellung*

Ihr sucht Infos über Depressionen, selbstverletzendes Verhalten oder wollt wissen, was Ihr tun könnt, wenn Euch jemand von Suizidgedanken berichtet? Oder wollt Ihr wissen, wann der richtige Zeitpunkt ist, sich wegen Ängsten Hilfe zu suchen, wann jemand alkoholabhängig ist und was eigentlich eine Psychose ist? Dann schaut doch mal bei dieser kleinen aber feinen Ausstellung von Irrsinnig Menschlich e. V. vorbei. Über diese und weitere Infos hinaus findet Ihr hier auch ein paar Anregungen dazu, was einem hilft und was einen stark machen kann. Die Ausstellung richtet sich vor allem an Jugendliche, Lehrkräfte und Eltern sowie an alle Menschen, die sich für Heranwachsende engagieren, aber natürlich auch an alle, die sich einfach so noch informieren wollen.

www.irrsinnig-menschlich.de



Foto: Stefan Dumont

Die Zitadelle von unten

[Sa] 13.00, 14.30 und 16.00 Uhr, **[So]** 11.00, 12.00 und 13.00 Uhr, **[Mo]** 11.30 Uhr

Treffpunkt: Richtung Eingang E3, am Treppenaufgang zur Mauerbühne | *Führung*

Lernt die Zitadelle, den Austragungsort unseres Festivals, besser kennen! Bei einer Führung könnt Ihr die eine oder andere Zitadellengeschichte hören und die unterirdischen Gänge unter der Bastion Drusus erkunden. Es herrscht eine besondere Stimmung in den unterirdischen Gängen, die vom späten Mittelalter bis zum Zweiten Weltkrieg genutzt wurden – ein einzigartiger Kontrast zum wuseligen Festivaltreiben!

Dauer: 45 Minuten

*Die Teilnehmer*innenzahl ist auf 50 Personen bei den Terminen am Samstag und Sonntag und auf 25 Personen bei dem Termin am Montag begrenzt. Bitte tragt Euch in die Teilnehmer*innenliste im Festivalbüro ein! Bitte habt Verständnis, dass nur in die Liste eingetragene Besucher*innen teilnehmen können. Die Initiative Zitadelle Mainz e. V. bietet solche Führungen auch abseits des OPEN OHR Festivals an. Nähere Infos findet Ihr unter: www.zitadelle-mainz.de/fuehrungen*

Durchgeführt von: Mitarbeitenden der Initiative Zitadelle Mainz e. V.



Foto: Werner Gruban

Phoenix Projekt

ZEBRA Stelzentheater

[Sa] 11.00 Uhr | Hauptwiese | *Walkact* ♂

Phoenix aus der Asche – der mythische Vogel, der sich immer wieder neu erfindet. Symbol für Unsterblichkeit, für Aufbruch und Neuanfang.

Beflügelt von den Wünschen und Visionen des Publikums erhebt sich der magische Vogel und setzt ein poetisches und kraftvolles Zeichen der Hoffnung.

Mit dem Phoenix Projekt wagt das ZEBRA Stelzentheater ein neues Format: Eine immer wieder neu zu gestaltende Inszenierung unter Einbeziehung des Publikums und der lokalen Gemeinschaft.

Hinweis: Ab 11.00 Uhr habt Ihr die Möglichkeit, auf der Hauptwiese Eure Wünsche und Visionen auf bunte Papierfahnen zu schreiben, die dem Phoenix als Gefieder dienen. In einer anschließenden Parade wird der Vogel dann einen Abflug wagen.

Altersempfehlung: alle Altersgruppen

www.zebra-stelzen.de/produktionen/phoenix/



Initiative
Zitadelle
Mainz e.V.
IZM



Foto: Robin Haug

Führung Römisches Theater

[Sa] 13.30 Uhr und 16.00 Uhr | Treffpunkt vor dem Torbogen zum Ausgang E1 | *Führung*

Die Führungen bieten einen Besuch des Römischen Theaters von Mainz, das größte Römische Theater nördlich der Alpen. Die eindrucksvollen Fundamente veranschaulichen die Bedeutung des monumentalen Denkmals. Es wird ein Überblick geboten über Geschichte, Bedeutung und Architektur des denkmalgeschützten Monuments, das um 310 n. Chr. gebaut wurde. Außerdem wird der Zusammenhang zum Römischen Mainz hergestellt und über die Tätigkeit der Initiative Römisches Mainz berichtet sowie über die aktuellen Konservierungen des vom Verfall bedrohten Bauwerks.

Dauer: 60-90 Minuten

Für diese Führung ist keine Anmeldung erforderlich.

Durchgeführt von: Daniel Geißler, Archäologe und Mitglied der Initiative Römisches Theater e. V.

Sound Healing

[So] 13.00 Uhr und **[Mo]** 11.00 Uhr | Auf der Mauer | *Klanginstallation*

Nada Brahma – Die Welt ist Klang. Abseits des Trubels des Festivals wollen wir Euch Auf der Mauer mithilfe der aufgezzeichneten Klänge von Klangschalen und eines Gongs einen Bereich zur ganzheitlichen Entspannung von Körper, Geist und Seele bieten. Angelehnt an die Technik der therapeutischen Klangmassage bzw. des Klangbades könnt Ihr hier am eigenen Körper erfahren, wie sich Klänge spürbar zellulär bzw. psychoakustisch im gesamten Körper ausbreiten und so unter anderem Stress abbauen oder Glückshormone freisetzen. Die kraftvollen Klänge eines Gongs und die Vermischung verschiedener Klangschalen ermöglichen die Erfahrung von tiefen meditativen Zuständen wie z. B. Trance. Die Gedanken und das Ego werden leiser oder ganz still. Nur noch Essenz – „Soul Flow“, ermöglicht durch akustische Stimulation der Gehirnwellen. Lass dich von der Wirkung des Klangs überzeugen!

Zur Verfügung gestellt von: Stefan Ehlen, Musik- und Klangtherapeut

www.tonweise.de

Emotions in motion oder: Gemeinsam bewegt

[Sa] und **[So]** jeweils 13.00 Uhr | Zitadelle | *Walkact* 3

Wie fühlt sich die Festivalgemeinschaft? Welche Gefühle und Emotionen sind anwesend? Wir sind ständig bewegt von Emotionen. Diese da sein zu lassen und negative sowie positive zu erleben, gehört zu einem gesunden Leben dazu. Doch wie gehen wir mit unseren inneren Bewegungen in der Öffentlichkeit um? Hast Du das Gefühl, sie zeigen zu können oder zu dürfen? Der moderne Mensch scheint im öffentlichen Alltag hart und kalt. Durch die Anonymität und das höfliche Desinteresse ist ein freier Austausch über unsere Gemütszustände kaum möglich.

Im durch das Festival geschaffenen dialogoffenen Raum wollen fünf Schauspieler*innen der Schauspielschule Mainz das Thema Emotionen und Gemeinschaft körperlich verhandeln, Dialog anregen und das kollektive Befinden spiegeln. Fünf Emotionen verkörpernd, gehen sie auf die Festivalbesucher*innen zu mit der Frage, welche Gefühle gerade präsent sind. In Form eines Walkacts wandern die erweckten Emotionen sammelnd und gleichzeitig zeigend über das Festivalgelände.

Altersempfehlung: alle Altersgruppen

Von und mit: Saba Baghaei, Darleen Grammes, Robin Haug, Julia Schölch und Nele Schweers

In Kooperation mit der Schauspielschule Mainz.
www.schauspielschule-mainz.de



Kräuterwanderung

[So] 14.00 Uhr | Treffpunkt vor der Kulturei | *Führung*

Abschalten, „rauskommen“, Neues sehen – Auf dem Festival gibt es viele Möglichkeiten Abstand zu dem Alltag zu nehmen und neue Impressionen zu sammeln. Dabei sollen die scheinbar simplen Dinge nicht zu kurz kommen. Dinge, die wir unmittelbar vor unserer Haustür in Parks, im (Lenneberg-)Wald und auf der Zitadelle finden. Gemeint sind Kräuter und Pflanzen, die nicht nur unsere Umgebung begrünen, sondern sich auch abhängig von ihrer Verwendung positiv auf Körper und Geist auswirken. Wenn Ihr also mehr über heimische Pflanzen, ihre Verwendung und Aufbereitung erfahren wollt, dann seid Ihr herzlich dazu eingeladen, diese hier vor Ort bei einer kleinen Wanderung zu erkunden.

Dauer: 60 Minuten

*Die Teilnehmer*innenzahl ist auf 20 begrenzt. Bitte tragt Euch in die Teilnehmer*innenliste im Festivalbüro ein! Bitte habt Verständnis, dass nur in die Liste eingetragene Besucher*innen teilnehmen können.*

Durchgeführt von: Karoline Dabbelt (Schatzmeisterin der Akademie der Pflanzen)

Kinderprogramm



Im Dschungel der Gefühle

Samstag bis Montag, jeweils von 11.00 bis 19.00 Uhr

Mit den Falken durchs Dickicht

Natürlich ist auch unser Kinder-Space in diesem Jahr wieder am Start! Mit dem Spielmobil, spannenden Diskussionen, bunten Bastelsachen und einem Eltern-Café könnt Ihr Euch bei uns so richtig austoben – auf Eure Eltern passen wir schon auf.

In diesem Jahr machen wir uns mit Euch auf in den Dschungel der Gefühle! Auf unserem Abenteuer schlagen wir uns durch ein Dickicht aus Freude und Freundschaft aber auch aus Wut und Eifersucht und stellen uns die Fragen: Was tut mir gut? Wann bin ich schlecht gelaunt? Wie kann ich über meine Gefühle reden? Und: Was ist eigentlich normal? Kommt vorbei, spielt, bastelt und mischt Euch ein!

Samstag	Sonntag	Montag
11.00 – 13.00 Hab ich den Vogel?! Spielerisch nähern wir uns der Frage an, wie wir und andere Gefühle ausdrücken und fragen uns: „Ist das bei allen gleich?“ <i>Spielen ab 5 Jahren</i>	Da steppt der Bär! Musik und lustige Tanzspiele, manchmal ist Lachen doch die beste Medizin. <i>Spielen ab 3 Jahren</i>	Hab ich den Vogel?! Spielerisch nähern wir uns der Frage an, wie wir und andere Gefühle ausdrücken und fragen uns: „Ist das bei allen gleich?“ <i>Spielen ab 5 Jahren</i>
Frosch im Hals Wir basteln kleine Sorgenfresser aus Streichholzschachteln und fragen uns, warum können wir die Sorgen nicht aussprechen? <i>Basteln mit Inhalt ab 5 Jahren</i>	Krokodilstränen verboten? Im Workshop fragen wir uns, was wir brauchen, wenn es uns nicht so gut geht. <i>Workshop ab 5 Jahren</i>	Du bringst mich auf die Palme! Wir basteln Türschilder und Gefühlsampeln und reden darüber Grenzen zu setzen und die Grenzen anderer wahrzunehmen. <i>Basteln mit Inhalt ab 5 Jahren</i>



	Samstag	Sonntag	Montag
14.00 – 16.00	Krokodilstränen verboten? Im Workshop fragen wir uns, was wir brauchen, wenn es uns nicht so gut geht. <i>Workshop</i> <i>ab 5 Jahren</i>	Wir fordern, was wir brauchen! Wir malen Plakate und denken uns coole Parolen aus! <i>Demoworkshop</i> <i>ab 2 Jahren</i>	Krokodilstränen verboten? Im Workshop fragen wir uns, was wir brauchen, wenn es uns nicht so gut geht. <i>Workshop</i> <i>ab 5 Jahren</i>
	Märchenstunde! Jetzt wirds gemütlich! Wir hören ein Märchen, malen, basteln und reden darüber. <i>Workshop</i> <i>ab 2 Jahren</i>	Märchenstunde! Jetzt wirds gemütlich! Wir hören ein Märchen, malen, basteln und reden darüber. <i>Workshop</i> <i>ab 2 Jahren</i>	Märchenstunde! Jetzt wirds gemütlich! Wir hören ein Märchen, malen, basteln und reden darüber. <i>Workshop</i> <i>ab 2 Jahren</i>
16.00 – 18.00	Da steppt der Bär! Musik und lustige Tanzspiele, manchmal ist Lachen doch die beste Medizin. <i>Spielen</i> <i>ab 3 Jahren</i>	Kinderdemo! Wofür wollt Ihr einstehen? Wir organisieren eine Kinderdemo und bringen Eure Forderungen auf die Festival-Wege! <i>Demonstration</i> <i>ab 2 Jahren</i>	
10.00 – 19.00	Spielmobil Hier könnt Ihr Euch wie von der Tarantel gestochen austoben!		
	Bastelecke Buntes Papier, Glitzer und klebrige Finger! Da bekommen wir gleich Schmetterlinge im Bauch!		
	Elternschnecke Hier können Eure Eltern etwas entschleunigen, bekommen einen Kaffee und einen unauffälligen Aussichtspunkt.		
	Falkennest Hier findet Ihr die Antworten auf die großen Fragen nach dem Programm und vielem mehr.		

Die Falken freuen sich auf Euch!

Die Falken sind ein Kinder- und Jugendverband, mit dem Ihr auf Freizeiten und Zeltlager fahren oder zu Gruppenstunden oder offenen Treffen kommen könnt. Besonders wichtig ist uns, dass Ihr mitentscheiden könnt, wie wir unsere Zeit verbringen. Gemeinsam gestalten wir unsere Freizeit und setzen uns mit der Welt, in der wir leben, auseinander. Die Falken stehen dabei für Gerechtigkeit, Solidarität, Demokratie und setzen sich gegen Unterdrückung und Benachteiligung ein. Wichtige Themen sind für uns zum Beispiel Kinderrechte oder Antirassismus. Hier erfahrt Ihr mehr über uns: www.falken-rlp.de

OHR Festival Programm

Änderungen und Aktualisierungen
hängen am Festivalbüro aus

Freitag

19.00 Uhr, Hauptbühne Athapot (S. 45)	Musik
20.30 Uhr, Hauptbühne Team Scheisse (S. 45)	Musik
22.30 Uhr, Hauptbühne Iva Nova (S. 45)	Musik
24.00 Uhr, Drususstein „Das Cabinet des Dr. Caligari“ (S. 33)	Stummfilm
24.00 Uhr, Großes Zelt Friedemann Weise (S. 41)	Kabarett

Samstag

10.00 Uhr, Hauptwiese Yoga (S. 20)	Frühsport
11.00 Uhr, Hauptwiese „Phenix Projekt“ ZEBRA Stelzentheater (S. 24)	Walkact
11.30 Uhr, Drususstein Krank oder gesund? (S. 10)	Eröffnungspodium
12.00 Uhr, Großes Zelt „Wir, „Kinski“ und ich – Ausnahme-stand im Theater“ Hessisches Landestheater Marburg (S. 37)	Theater
13.00 Uhr, Treffpunkt am Treppenaufgang zur Mauerbühne Die Zitadelle von unten (S. 24)	Führung
13.00 Uhr, Zitadelle Emotions in motion oder: Gemeinsam bewegt (S. 25)	Walkact
13.30 Uhr, Drususstein Kiara Mali (S. 46)	Musik
13.30 Uhr, Auf der Mauer Fluch oder Segen? Coming of age mit Social Media (S. 11)	Jugendpodium
13.30 Uhr, Kleines Zelt Gewaltfreie Kommunikation (S. 20)	Workshop
13.30 Uhr, Filmkeller Ein offenes Ohr für... Depression (S. 11)	Interview
13.30 Uhr, Kulturei Chillax (S. 20)	Workshop
13.30 Uhr, Treffpunkt vor dem Torbogen zum Ausgang E1 Römisches Theater (S. 25)	Führung
14.30 Uhr, Treffpunkt am Treppenaufgang zur Mauerbühne	Frühsport

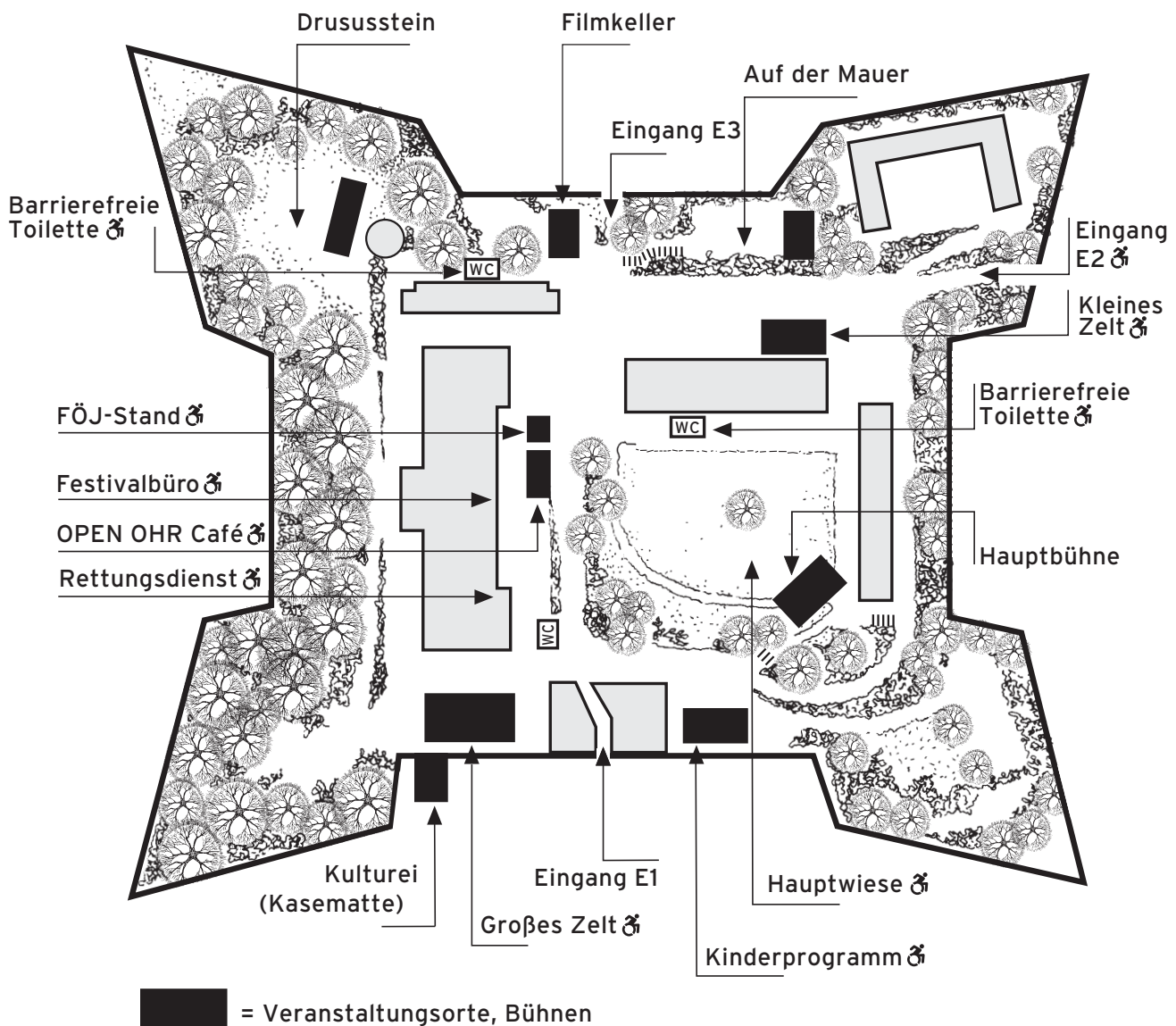
Sonntag

10.00 Uhr, Hauptwiese Lachyoga (S. 21)	Frühsport
10.00 Uhr, Drususstein BABYJOY (S. 49)	Musik
10.00 Uhr, Auf der Mauer Moritz Ley (S. 49)	Musik
11.00 Uhr, Treffpunkt am Treppenaufgang zur Mauerbühne Die Zitadelle von unten (S. 24)	Führung
11.30 Uhr, Drususstein Newcomer Stage (S. 49)	Musik
11.30 Uhr, Kleines Zelt Der Letzte zählt (S. 13)	Vortrag und Podium
11.30 Uhr, Filmkeller „Nicht alles schlucken – Leben mit Psychopharmaka“ (S. 34)	Film
12.00 Uhr, Großes Zelt Prokrastination bewältigen (S. 22)	Workshop
12.00 Uhr, Treffpunkt am Treppenaufgang zur Mauerbühne „Rausgemobbt 2.0“ Comic On! Theaterproduktion (S. 38)	Theater
12.00 Uhr, Treffpunkt am Treppenaufgang zur Mauerbühne Die Zitadelle von unten (S. 24)	Führung
13.00 Uhr, Auf der Mauer Sound Healing (S. 25)	Klanginstallation
13.00 Uhr, Kulturei „Männer & Zerbrechlichkeiten“ von Paul Ninus Naujoks (S. 13)	Lesung
13.00 Uhr, Zitadelle Emotions in motion oder: Gemeinsam bewegt (S. 25)	Walkact

Montag

10.00 Uhr, Hauptwiese Drum Fitness (S. 23)	Frühsport
10.00 Uhr, Drususstein LA GÂPETTE (S. 51)	Musik
10.00 Uhr, Auf der Mauer Frédéric Perroux (S. 51)	Musik
10.00 Uhr, Filmkeller Überraschungsfilm (S. 34)	Film
10.30 Uhr, Großes Zelt Überraschungstheater (S. 39)	Theater
11.00 Uhr, Auf der Mauer Sound Healing (S. 25)	Klanginstallation
11.00 Uhr, Kleines Zelt Versorgung für alle! (S. 15)	Podium
11.00 Uhr, Vor der Kulturei Djembe Trommeln (S. 23)	Workshop
11.30 Uhr, Treffpunkt am Treppenaufgang zur Mauerbühne Die Zitadelle von unten (S. 24)	Führung
12.00 Uhr, Drususstein Ok.danke.tschüss (S. 51)	Musik
12.30 Uhr, Auf der Mauer „Das ist ja nicht normal“ – Tabuisierung und Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen (S. 16)	Podium
12.30 Uhr, Großes Zelt Florentine Osche, Larissa Magnus, Ana Lucia (S. 42)	Kabarett
12.30 Uhr, Filmkeller „Auf der Couch in Tunis“ (S. 35)	Film
12.30 Uhr, Vor der Kulturei Djembe Trommeln (S. 23)	Workshop

Bühnen- und LagePlan



Hinweise zur Barrierefreiheit

Zugang zur Zitadelle: Die Parkmöglichkeiten rund um die Zitadelle sind sehr begrenzt und das Parken auf dem Gelände leider nicht möglich. Am besten fährt Ihr mit der Straßenbahn zur Haltestelle Am Gautor und kommt über den Zitadellenweg an den Eingang E2. Der Weg ist im Gegensatz zu den anderen Wegen relativ eben und hat eine geringere Steigung. Der **Eingang E1** ist über einen steilen Betonweg und **Eingang E3** über einen unebenen Schotterweg und eine Treppe zu erreichen. Die **Hauptbühne** ist von der **Hauptwiese** umgeben; hier liegen oft Flaschen, Decken und Gegenstände und bei Regen weicht der Boden auf. Also ist hier eher Vorsicht geboten. An der oberen Seite der Wiese verläuft ein betonierter Weg, dieser ist eben. Der **Drususstein** ist durch einen steilen Schotterweg oder eine Treppe mit Geländer zu erreichen. Zur Bühne **Auf der Mauer** kommt Ihr entweder vom Drususstein oder vom Eingang E3 über eine steile Treppe. Der Zugang ist eher schwierig. Ihr könnt Euch beim Festivalbüro melden. Die Mitarbeiter*innen dort geben Euch gern Hilfestellung. Das **Große Zelt** und das **Kleine Zelt** haben Sitzmöglichkeiten.

Der **Filmkeller** ist über eine Treppe zu erreichen; leider ist das Anbringen einer Rampe nicht möglich. Die **Kulturei** befindet sich links neben dem Eingang E1 und ist entweder von unten über den steilen Betonweg oder den Kopfsteinpflaster-Weg zu erreichen. **Rollstuhlgerechte Toiletten** findet Ihr am betonierten Rand der Hauptwiese. Zudem gibt es die Möglichkeit, die Toiletten in der Nähe von Eingang E3 zu nutzen.

Infos zu barrierefreiem Programm könnt Ihr bei den einzelnen Programmpunkten finden. So werden einzelne Programmpunkte dieses Jahr auch in Deutscher Gebärdensprache gedolmetscht.

Infos zu barrierefreiem Programm könnt Ihr bei den einzelnen Programmpunkten finden.

Jugendprogramm

Mentale Gesundheit + die Gesundheit der Umwelt = irr:relevant !

Es gibt Vieles, was uns psychisch belasten kann. Vor allem wir junge Menschen machen uns Sorgen um den Zustand unserer Umwelt. Wie kann mensch mit Klimaangst umgehen? Wie kann uns die Natur bei psychischen Krisen helfen? Wie können wir uns für das Klima und unsere mentale Gesundheit stark machen? Wir möchten Euch einen Raum geben, um über all das zu sprechen – oder um einfach eine kleine Auszeit nehmen zu können. Am (D)FÖJ-Stand erwartet Euch ein vielfältiges Mitmach-Programm für Jung und Alt. Wir freuen uns auf Euch!



Aktionen internationaler Freiwilliger des FÖJ Rheinland-Pfalz

Der Klimawandel, meine Psyche und Ich

[Fr] bis [Mo] | FÖJ-Stand | Aktion 3

Hörst Du überall Nachrichten über den Klimawandel und hast Du manchmal Schwierigkeiten, mit den Informationen gut umzugehen? Wir verbinden an unserem Infostand den Klimawandel mit unserer psychischen Gesundheit, tauschen unsere Gedanken aus und suchen gemeinsam nach Lösungen für eine bessere Welt. Du bist willkommen, egal, wie alt Du bist!

Anti-Aggressions-Dosenwerfen

[Fr] bis [Mo] | FÖJ-Stand | Aktion 3

Artensterben, Hausaufgaben, leere Druckerpatronen... Uns allen gehen unterschiedliche Dinge voll auf die Nerven, aber eines ist für die meisten gleich: Einfach mal alles rauslassen und weg-schmeißen täte gut. Genau das kannst Du bei uns tun. Bau Deinen eigenen Dosen-turm mit Sachen, die Dich persönlich belasten oder aufregen und schmeiß ihn um!

Postkarten für die Welt

[Fr] bis [Mo] | FÖJ-Stand | Aktion 3

Du möchtest Quality-Time an Deine Lieben verschenken, die Punkte auf Deiner persönlichen Not-To-Do-Liste ein für alle Mal (unter-)streichen oder Dein Wissen über die coolsten Gartenkräuter teilen? Mach's doch mit einer Postkarte! Egal welches Alter – Du hast was zu sagen! Bei uns kannst Du drucken, malen, Dich inspirieren lassen und Deine Nachrichten in die Welt hinaus senden. <3

Happy Place – OPTIMISMUS = SUMSIMITPO rückwärts

[Fr] bis [Mo] | FÖJ-Stand | Aktion 3

Zu viele Eindrücke, zu viele kreisende Gedanken? Kommt zur Ruhe in der Wohlfühl-Loase: Hier dreht sich alles um POSITIVITÄT und es gibt sogar ein Glücksschwein-Glücksrad. Alle Zufriedenen und die, die es werden wollen, sind herzlich willkommen <3

Natur-schätze(n) – Wildkräuter bestimmen

[Fr] bis [Mo] | FÖJ-Stand | Aktion 3

Hast Du schon einmal von Löwenzahn-wurzelkaffee gehört oder Brennessel-spinat selbst gemacht? Bei uns kannst Du die Vielfalt der Wildkräuter entdecken und lernen, wie Du selbst aus ihnen leckere Rezepte zaubern kannst. Egal ob klein, ob groß, wir warten auf Dich mit einem spannenden Quiz, unseren Lieblingsrezepten zum Nachmachen und vielem mehr...

Aktivismus-Workshop

[Sa] 15.00 Uhr | FÖJ-Stand | Workshop 3

Wer selbst schon einmal in irgendeiner Form aktiv geworden ist, weiß: Sich zu engagieren hilft gegen Ohnmachtsgefühle und bringt im Optimalfall auch ein progressives Ziel voran.

Doch wo anfangen, wenn man noch nie die Möglichkeit dazu hatte oder sich noch nicht getraut hat? Wir empfehlen unseren kleinen Aktivismus-Workshop! Wir reden über verschiedene Formen von Aktivismus, bilden Bezugsgruppen und spielen Aktion. Von Menschen mit wenig Erfahrung für Menschen mit noch weniger Erfahrung!

Der Workshop ist auf 20 Teilnehmende begrenzt.

Treffpunkt: FÖJ-Stand
Anmeldung: Festivalbüro



Film

In der Vergangenheit sowie auch noch heute wurden Menschen mit psychischen Erkrankungen in Filmen häufig als furchteinflößend und unberechenbar dargestellt, was zur gesellschaftlichen Stigmatisierung der Betroffenen beiträgt. Wir als Film-Sparte des diesjährigen OPEN OHR Festivals möchten dem bewusst entgegenwirken und zeigen deshalb Filme, die psychisch kranke Menschen mit Würde und Respekt darstellen und dadurch entstigmatisieren wollen.

Das Filmprogramm umfasst dabei wie jedes Jahr eine breite Palette an Erzählformen, darunter Dokumentar- und Spielfilme sowie Animations- und Kurzfilme. Los geht es am Freitagabend mit „Das Cabinet des Dr. Caligari“, einem Stummfilmklassiker aus dem deutschen Expressionismus. Es folgen moderne Klassiker wie „Shutter Island“ und „A Serious Man“, der Gute-Laune-Film „Auf der Couch in Tunis“, der vom Versuch erzählt, in Tunesien eine Praxis für Psychotherapie zu eröffnen sowie mit „Paper Spiders“ und „Vielleicht lieber morgen“ zwei Coming of Age-Filme, die auch die jugendliche Sicht auf die Thematik einbeziehen. Ein Highlight ist der Animationsfilm „It's such a beautiful day“, der sich mit dem subjektiven Erleben von Psychosen auseinandersetzt.

In dokumentarischer Form behandelt der Film „Das innere Leuchten“ das Thema Demenz, andere Filme beschäftigen sich beispielsweise mit dem Umgang mit Psychopharmaka sowie psychischen Erkrankungen von Geflüchteten.

Besonders froh sind wir darüber, in diesem Jahr gleich zwei Kurzfilmprogramme präsentieren zu dürfen: So zeigt wie jedes Jahr das Mainzer FILMZ-Festival eine Auswahl an Kurzfilmen, zusätzlich dazu dürfen wir das Go Mental!-Film Festival aus Berlin begrüßen, welches sich auf Kurzfilme zum Thema „Psychische Gesundheit“ spezialisiert hat.

Die meisten Filme werden mit Untertiteln und wenn möglich auch in der Fassung für Gehörlose gezeigt. Genauere Informationen dazu könnt Ihr den Aushängen am Filmkeller entnehmen.



Foto: Gramm Art Project



Das Cabinet des Dr. Caligari

[Fr] 24.00 Uhr | Drususstein
Stummfilm, Deutschland, 1920,
von Robert Wiene, 72 Minuten;
FSK: 6

Der expressionistische Horrorfilm von Robert Wiene erzählt die Geschichte des wahnsinnigen Dr. Caligari, der den an einer merkwürdigen, tranceartigen Krankheit leidenden Cesare tagsüber als Jahrmarktsattraktion präsentiert. Des Nachts aber schleicht dieser somnambule Sklave Caligaris durch die Stadt und begeht unter dem Einfluss seines Herrn furchtbare Morde. Erzählt wird uns diese Geschichte von Francis, der wesentlich tragischer in die Geschichte verwickelt ist, als es zu Beginn den Anschein erweckt.

Das Filmkunstwerk wird musikalisch live durch das Gramm Art Project mit Julian Gramm (Gitarre) und Thomas Bugert (Kontrabass) untermalt und jazzig modern in Szene gesetzt. Das Gramm Art Project beeindruckt sein Publikum auch einhundert Jahre nach der Blütezeit des expressionistischen Films mit eigens komponierter Musik in Verbindung mit genretypisch freier Improvisation.

Foto: capelight pictures OHG



Vielleicht lieber morgen

[Sa] 15.00 Uhr | Filmkeller
Spielfilm, USA, 2012, von Stephen Chbosky, 103 Minuten; FSK: 12 **UT**

Charlie ist gerade auf die High School gekommen und schlägt sich mit alterstypischen Problemen herum. Als er die lebenslustigen Geschwister Sam und Patrick kennenlernt und bisher unbekannte Gefühle für Sam entwickelt, ist die Verwirrung komplett. Aber selbst die erste große Liebe, wilde Partys, Drogen und Stress innerhalb der Familie trüben seinen Blick auf die Welt nicht – er beobachtet sein Umfeld genau, macht sich Gedanken über seine Mitmenschen und versucht, seine eigene Rolle zu finden ... in dem, was wir Leben nennen.

Die gefeierte Verfilmung des Bestseller-Romans von Stephen Chbosky. Eine berührende Geschichte über Freundschaft, Liebe, und die Frage, was das alles eigentlich zu bedeuten hat...

Foto: ZOOM MEDIENFABRIK GmbH



Das innere Leuchten

[Sa] 17.30 Uhr | Filmkeller
Dokumentation, Deutschland, 2007,
von Stefan Sick, 95 Minuten; FSK:
6 **UT**

Demenz – eine Diagnose, die für die Betroffenen und ihre Angehörigen alles verändert. Die Erkrankung zu akzeptieren erscheint ebenso schwierig wie ein angemessener Umgang mit ihr. Beobachtend erforscht DAS INNERE LEUCHTEN den Lebensalltag von Menschen mit Demenz in einer Pflegeeinrichtung und legt hierbei den Fokus auf die positiven Situationen und Begegnungen.

Frei von Vergangenheit und Zukunft erwächst eine Möglichkeit, nur den Moment zu erleben. Der Film nimmt sich Zeit für die Augenblicke, entdeckt gemeinsam mit seinen Protagonist*innen die Langsamkeit, Mühseligkeit und die Schönheit der stets wiederkehrenden Rituale des Alltags. Mit großer Wertschätzung dürfen Traurigkeit, Heiterkeit und Nachdenklichkeit unkommentiert für sich sprechen.

DAS INNERE LEUCHTEN baut eine starke emotionale Nähe zu den Protagonist*innen auf und möchte den Versuch unternehmen, ihren Blick auf die Welt erfahrbar zu machen – ohne Konflikte und die Schwere des Themas auszuspüren. Der Film wagt eine poetische Interpretation dieses besonderen Zustands und soll dazu beitragen, Ängste im Umgang mit Menschen mit Demenz abzubauen und jeden einzelnen als Mensch zu akzeptieren.



Kurzfilmprogramm

präsentiert von FILMZ –
Festival des deutschen Kinos

[Sa] 19.30 Uhr | Filmkeller
Kurzfilme, 120 Minuten; FSK: 18

Im Kurzfilmprogramm stellt FILMZ mehrere Projekte zu diversen Themen vor. Also haltet Euch bereit für das kurze Eintauchen in wechselnde Schauplätze, Gefühle und Probleme unter Verwendung von unterschiedlichen Filmtechniken. Das Programm stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest, die emotionale Breite der Filme aber ist in jedem Fall überwältigend. Wir danken FILMZ – Festival des deutschen Kinos für die Zusammenstellung des Programms.



Foto: LEONINE Studios

Shutter Island

[Sa] 22.00 Uhr | Filmkeller
Spielfilm, USA, 2010, von Martin Scorsese, 138 Minuten; FSK: 16
UT (Originalton mit deutschen Untertiteln)

U.S.-Marshal Teddy Daniels landet 1954 mit seinem Partner Chuck Aule während eines Unwetters auf dem abgelegenen Shutter Island. Dort ist aus dem Ashecliffe Hospital, ein Krankenhaus für geistesranke Schwerverbrecher, eine Mörderin spurlos verschwunden. Schnell ist Teddy klar, dass er keine Unterstützung von den Ärzten zu erwarten hat: Offenbar will man ihn auf falsche Fährten locken und als Schachfigur in einem teuflischen Spiel instrumentalisieren. Teddy setzt dennoch alles daran, das Geheimnis der Insel zu entschlüsseln.



Foto: credofilm

Nicht alles schlucken – Leben mit Psychopharmaka

[So] 11.30 Uhr | Filmkeller
Dokumentation, Deutschland, 2015, von Jana Kalms, Piet Stotz und Sebastian Winkels, 86 Minuten; FSK: 6 **UT**

Jeder Mensch kann in seelische Krisen geraten. Trotzdem werden psychische Erkrankungen als Makel und Schande erlebt, geheim gehalten und schamvoll versteckt. „Nicht alles schlucken“ bricht mit diesem Tabu. Psychoseerfahrene Menschen, Angehörige sowie Ärzt*innen und Pfleger*innen erzählen vor der Kamera von ihren Erfahrungen mit Psychopharmaka. Heilsam oder kränkend? Segen oder Fluch? Ein tragischer, bisher nicht gelöster Konflikt. Der Dokumentarfilm ist ein vielstimmiges Erzählen über die Wirkungen und Risiken von Psychopharmaka.



Überraschungsfilme

[So] 21.15 Uhr | Filmkeller
45 Minuten; FSK: 12

Hier zeigen wir einen Überraschungsfilm (Dokumentarfilm), den wir aus rechtlichen Gründen nicht im Internet bewerben dürfen.

[Mo] 10.00 Uhr | Filmkeller
99 Minuten; FSK: 12

Hier zeigen wir einen Überraschungsfilm, den wir aus rechtlichen Gründen nicht im Internet bewerben dürfen.

Paper Spiders

[So] 15.00 Uhr | Filmkeller
Spielfilm, USA, 2020, von Inon Shampanier, 110 Minuten; FSK: 12 **UT** (Original mit englischen Untertiteln)

Der Mann aus dem Haus nebenan ist gefährlich. Er wirft mit Steinen, schleicht nachts ums Haus und klettert auf das Dach seiner Nachbarinnen. Als Melanie klar wird, dass ihre Mutter zunehmend an paranoiden Wahnvorstellungen leidet, bricht für sie eine Welt zusammen. Eigentlich wollte sie ausziehen und ihren Traum vom College verwirklichen. Nur wie kann die 17-Jährige ihrer Mutter helfen, ohne all ihre Träume platzen zu lassen? PAPER SPIDERS glänzt mit herausragenden Darstellerinnen, die Melanies Zukunftsängste und Dawns psychische Erkrankung auf berührende Weise verkörpern. Eine tragisch-schöne Geschichte über das Erwachsenwerden im Schatten einer psychischen Erkrankung.

Foto: CERCAMON world sales





Kurzfilmprogramm

präsentiert von Go Mental!
International Short Film
Festival (Berlin)

[So] 17.30 Uhr | Filmkeller
Kurzfilme, 120 Minuten; FSK: 18

Das Go Mental! Film Festival ist das bislang einzige deutsche Filmfestival, das psychische Gesundheit ins Zentrum stellt. Auf dem OPEN OHR zeigt Festivalgründerin Elisabeth Staak eine einstündige Auswahl bewegender Kurzfilme, die in starken Bildern vom Leben mit Traumata, Zwangsstörungen oder Depressionen erzählen. Mit dabei sind Gewinner*innen aus den vergangenen Wettbewerben und Filme des Go Mental! 2023 (18.-31. Mai, Berlin). Nach der Vorstellung lädt Elisabeth Staak zum Filmgespräch.



Auf der Couch in Tunis

[Mo] 12.30 Uhr | Filmkeller
Spielfilm, Frankreich, 2019, von Manele Labidi, 88 Minuten; FSK: 6 **UT**

Die Psychologin Selma hat einen wahnwitzigen Plan: Sie will in ihr Heimatland Tunesien zurückkehren, um dort eine Praxis für Psychotherapie zu eröffnen. Das Vorhaben der selbstbewussten Französin stößt erst einmal auf Skepsis und Widerstand – aber auch auf sehr großes Interesse. Denn der Redebedarf der tunesischen Bevölkerung ist in den Jahren nach der Revolution enorm. Weil die bürokratischen Mühlen langsam mahlen, empfängt Selma ihre gesprächigen Kund*innen auf dem Dach eines Wohnhauses in Tunis. Die Kuriositäten und bunten Charaktere der alten Heimat begegnen ihr jedoch längst nicht nur in den therapeutischen Sitzungen. So trifft sie unter anderem auf eine hochemotionale Beautysalon-Besitzerin mit Mutterkomplexen, einen depressiven Imam, einen Mann mit politisch-erotischen Träumen, einen mysteriösen Fremden mit freudschen Zügen, einen übermoralischen Polizisten und auf ihre feministische Nichte, der ihr Kopftuch nach einem missglückten Friseurbesuch gerade recht kommt...

Foto: bitterfilms



It's such a beautiful day

[So] 19.30 Uhr | Filmkeller
Animationsfilm, USA, 2012, von Don Hertzfeldt, 62 Minuten; Altersempfehlung: 12 **UT** (Untertitel engl.)

Don Hertzfeldt erzählt in drei Kapiteln (ehemals drei unabhängige Kurzfilme) die Geschichte von Bill, einem an einer unbekannten neurologischen Krankheit leidenden Strichmännchen. Bill hat unter anderem mit Gedächtnisschwäche und surrealen Visionen zu kämpfen. Der Film verwendet sowohl unkonventionellen Humor als auch ernsthafte philosophische Überlegungen. Der Film verbindet sorgfältig traditionell handgezeichnete Animationen, experimentelle optische Effekte, Trickfotografie und neue digitale Hybride. Der charakteristische „Split-Screen“-Effekt des Films wurde erreicht, indem die Animation durch winzige Löcher unter dem Kameraobjektiv fotografiert wurde, wobei jedes Element im Filmbild einzeln durch sorgfältige Mehrfachbelichtungen zusammengesetzt wurde.

Der Film wird in englischem Originalton mit englischen Untertiteln gezeigt.

Nach dem Film bietet Alexander Kummer (Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrene Hessen) eine Nachbesprechung an.

Foto: Tobis Film



A Serious Man

[So] 22.15 Uhr | Filmkeller
Komödie/Drama, USA, 2009, von Joel und Ethan Coen, Michael Stuhlbarg, Sari Lennick, Richard Kind, 105 Minuten; FSK: 6 **UT**

Eigentlich lebt Larry Gopnik ein beschauliches Leben in einer kleinen jüdischen Gemeinde im Mittleren Westen der USA. Er ist ein liebender Ehemann, fürsorglicher Vater und erfolgreicher Professor. Aber irgendwie läuft plötzlich nichts mehr so wie gewohnt. Larrys Gattin verlangt plötzlich die Scheidung, um mit ihrem selbstgefälligen neuen Liebhaber zusammenleben zu können. Sein Sohn schwänzt die Schule, die Tochter bestiehlt ihn, um sich eine Nasenkorrektur finanzieren zu können. Sein psychisch labiler Bruder hockt ständig auf seiner Couch. Und als ob die Familie nicht schon genügend Probleme bereiten würde, gerät auch noch Larrys Karriere ins Trudeln: Anonyme Briefschreiber verbreiten falsche Anschuldigungen über ihn und außerdem versucht ein Student, ihn zu bestechen. Larry sucht Hilfe und hofft, diese bei einem Rabbi zu finden. Doch auch das ist leichter gesagt als getan...

Der Film wird im Originalton mit deutschen Untertiteln gezeigt.

Foto: Carole Bethuel_Prokino



Theater



In einem Theater betreten Schauspieler*innen die Bühne, inszenieren und folgen einem Drehbuch. Dass sie dabei eine Rolle einnehmen und diese authentisch darstellen, ist ihre Aufgabe. Das Publikum hinterfragt nicht das Schauspiel und verurteilt es auch nicht; Denn es ist alles nur gespielt. Doch auch im wahren Leben folgen wir einem Skript und spielen eine Rolle. Wir versuchen die Erwartungen anderer und soziale Normen zu erfüllen. Ängste, Sorgen und Leid werden somit nicht selten überspielt. Keine*r möchte „eine Szene machen“ und den Anspruch der anderen nicht erfüllen. Gleichzeitig bedeutet das, nicht nur anderen etwas vorzumachen, sondern auch zu tabuisieren. Gefühle bleiben im Verborgenen, hinter den Kulissen. Doch wenn wir nur „so tun, als ob“ und bedrückende Gefühle und Befinden verschweigen oder nur die „guten“ kommunizieren, haben wir vielleicht Erwartungen erfüllt, aber nicht die unserer Gesundheit. Deswegen heißt es Bühne frei für ganz viel Gefühl! „Wir, „Kinski“ und ich“ bricht das Schweigen, gewährt einen Einblick in das Leben von Menschen mit psychischen Erkrankungen und widersetzt sich den Erwartungen. Die Theaterproduktion „I’m Fine“ beschreibt die Konstellation einer Kinder- und Jugendpsychiatrie mit unterschiedlichen Krankheitsbildern und möchte durch eigene Erfahrungen der jungen Theaterproduzentin motiviert Tabuisierung und Stigmatisierungen aufheben. Ebenso begründet veranschaulicht „Der schwarze Hund“ die Komplexität von Depressionen. Mit „rausgemobbt 2.0“ wird der Kummer durch Mobbing thematisiert und im Überraschungstheater wird das Festivalthema auch für jüngere Festivalbesucher*innen aufgearbeitet..





Foto: Julian Gerchow



Foto: Julia Fenske

Wir, „Kinski“ und ich – Ausnahmezustand im Theater

Ich bin noch derselbe Mensch, der ich noch niemals war

Hessisches Landestheater Marburg

[Sa] 12.00 Uhr | Großes Zelt | 70 Minuten 

„Ich bin noch derselbe Mensch, der ich noch niemals war.“ Sechs Persönlichkeiten, sechs Gedankenwelten. Die Gruppe um „Kinski“ eint, dass sie psychisch erkrankt sind, aber nicht (mehr) erklären wollen. Eigentlich. Und doch beginnen sie zu reden. Über die Apokalypse, leere Blicke, übermenschliche Kräfte, gefährliche Fluchten. Es ist ein Abwägen aus Sprechen und Schweigen. Durch Verletzungen, Angst und Hoffnung hindurch, legen sie ihren Blick auf die Welt und ihre eigenen Geschichten frei.

Altersempfehlung: ab 16 Jahren

Regie: Metin Turan | Text und Konzept: Wiebe Bökemeier, Metin Turan | Regieassistenz: Nathalie Glasow | Dramaturgie: Lotta Seifert | Bühne: Frank Heuck | Videoregie: Julian Gerchow | Kamera: Laurenz Strasser | Produktion: Metin Turan, Wiebe Bökemeier | Es spielt: Metin Turan

Das Stück von Metin Turan und Wiebe Bökemeier wird gefördert durch die Freie und Hansestadt Hamburg, Behörde für Kultur und Medien sowie die M. Huber GmbH & Co. KG und wird von beiden Autor*innen gemeinsam mit dem Hessischen Landestheater Marburg produziert und veranstaltet.

www.hltm.de/de/produktion/wir-kinski-und-ich-ausnahmezustand-im-theater

Der schwarze Hund

Depression aus dem Schatten ins Rampenlicht
Julia Raab

[Sa] 17.30 Uhr | Großes Zelt | 80 Minuten + Nachgespräch (mit Franz-Josef Wagner)  

Jede*r Vierte erlebt im Leben Phasen, in denen er/sie/divers ihr begegnet: einer diffusen Schwermut mit schmerzender Antriebslosigkeit oder dem Gefühl von fehlendem Lebenssinn – kurz, einer Depression. Sie ist eine Krankheit, mit der man lernen kann zu leben, doch der Weg ist lang – aber auch überraschend kreativ.

Da ist zum Beispiel dieses Bild aus Literatur und Therapie: die Depression – ein schwarzer Hund. Immer da, Verhältnis ungeklärt. Er weigert sich zu gehen, knurrt, schnappt zu, beißt. Hin und wieder Anzeichen der friedvollen Absicht: Lässt er sich für einen Spaziergang an die Leine legen?

Altersempfehlung: ab 16 Jahren

Spiel, Konzept und Idee: Julia Raab, Anja Schwede | Dramaturgie & Künstlerische Betreuung: Sandra Bringer | Coaching Figurenspiel: Ines Heinrich-Frank | Figurenbau: Julia Raab | Bühnenbild: Carsten Bach, Anja Schwede | Kostümbild: Désirée Schergun | Musik: Alexander Hohaus | Stimmen: Ines Heinrich-Frank, Nils Thorben Bartling | Produktionsassistentin: Inka Albrecht | Illustration, Teaser & Trailer: Yves Paradis | Layout & Satz: Carsten Bach | Fotografie: Julia Fenske | Kamera & Mitschnitt: Matthias Reger

Eine Kooperation von Figurenspielerin Julia Raab mit dem Bündnis gegen Depression Halle (Saale) und Magdeburg e.V. und dem WUK Theater Quartier in Halle (Saale). Die Produktion „Der schwarze Hund“ wird durch das Land Sachsen-Anhalt, die Robert-Enke-Stiftung, die Stadt Halle (Saale) und die Gesundheitszentrum Bad Laer Stiftung zur Förderung des Gesundheitswesens gefördert.

Produziert im Atelier fiese8 & im WUK Theater Quartier.

<https://derschwarzehund.juliaraab.de/>



Foto: Lutz Roeßler

Rausgemobbt 2.0

Comic On! Theaterproduktion

[So] 12.00 Uhr | Großes Zelt | 45 Minuten + 45 Minuten Nachgespräch

Was würdest Du alles tun, um dazu zu gehören? Was erträgst Du? Und wann ist man eigentlich cool? Jess, ein 16-jähriger Junge, hat schon einiges hinter sich und beschließt aus diesem Grund, sich an der neuen Schule aus allem herauszuhalten. Wer braucht schon neue Freund*innen, wenn man bestens virtuell vernetzt ist, so dass man jederzeit mit seinen Top-Freund*innen „reden“ – oder noch besser – zocken kann?

Die Mädchen kommen seinem Vorsatz jedoch schnell in die Quere: das attraktive Gucci-Girl Vanessa, die mit ihrer Clique in der Schule tonangebend ist, und Chris, die seine Leidenschaft für Computerspiele teilt, gleichzeitig aber von Vanessa und ihrer Clique schikaniert und mit peinlichen Handyvideos extrem unter Druck gesetzt wird. Als Jess sich für eine Seite entscheiden muss, droht die Situation zu eskalieren...



Foto: Comic On! Theaterproduktion

Nach der Veranstaltung bieten die pädagogisch geschulten Schauspieler*innen eine 45-minütige Diskussion für die Zuschauer*innen an.

Altersempfehlung: ab 10 Jahren

Regie: Anne K. Müller | Autorin:
Dagmar Schönleber | Bühne:
Comic On! | Kostüme: Comic On!
| Choreographie: Comic on! |
Musik / Komposition: Comic On! |
Dramaturgie: Dagmar Schröder |
Theaterpädagogik: Comic On!

<https://www.comic-on.de/>

I'm Fine

Theater Lübeck

[So] 17.00 Uhr | 50 Minuten + Nachgespräch | Großes Zelt

Kantinenfraß, Zigarettenpausen, endlose Langeweile. Und dann die Therapien: manche helfen, manche nerven. Woher kommen die „Gestörten“ auf Station? Charlotte hat in ihrer Kindheit Schlimmes erlebt, Nico ging es gut, bis sich sein Leben verdunkelte, Celina ist besessen von ihrem Gewicht. Immer mehr junge Menschen sind konfrontiert mit psychischen Krankheiten wie Depression, Essstörungen und/oder selbstverletzendem Verhalten. Jette ist nicht freiwillig hier, für Hugo ist die „Klappe“ die letzte Chance und Levi ist sowieso alles egal. Ein Aufenthalt in der Psychiatrie ist nicht für jede*n hilfreich, aber manchmal ist er die einzige Chance auf Besserung. Denn für die meisten psychischen Krankheiten gibt es Hoffnung auf Heilung.

Altersempfehlung: ab 15 Jahren

Beeke Luise schrieb „I'm Fine“ mit 15 Jahren, kurz nach ihrem eigenen Aufenthalt in einer Kinder- und Jugendpsychiatrie. In ihrem Umfeld erfuhr sie Unterstützung und war gleichzeitig mit sehr viel Unwissenheit konfrontiert. Daher möchte sie mit ihrem Theaterstück über psychische Krankheiten ins Gespräch kommen, einen selbstverständlichen Umgang damit fördern und die Angst vor stationären Aufenthalten in Psychiatrien nehmen.

Triggerwarnung:

In diesem Stück werden die oben genannten Krankheitsbilder thematisiert. Insbesondere über Selbstverletzung und Essstörung wird explizit gesprochen, Suizidgedanken werden geäußert. Wir bitten abzuwägen, ob ein Vorstellungsbuchbesuch sinnvoll ist.

Idee und Text: Beeke Luise | Inszenierung und Bühne: Katrin Ötting | Bühnenkonzept und Kostüme: Katia Diegmann | Dramaturgie: Frieda Stahmer, Sascha Mink | Es spielt: Theresa Gast, Phillip Gutberlet, Maya Michelsen, Beeke Ötting, Philipp Rehbock, Emma Vesper, Marie Vögele, Fiete de Wall

https://www.theaterluebeck.de/produktionen/i-m-fine_2022-23.html?m=148



KlimaX

antagon theaterAKTion

[So] 23.00 Uhr | Hauptwiese | 60 Minuten 3

Wie wollen wir leben? Wie wollen wir unseren gemeinsamen Raum gestalten, die Straßen, Plätze und Felder, auf denen wir unser Leben gründen, die uns tragen und ernähren? In Zeiten von Krise, Krieg und Zusammenbruch stellen sich diese Fragen dringender denn je. „Klima X“ nimmt das Publikum mit auf eine szenische Reise durch universelle Bilder vom Fallen, Aufstehen, und Wachsen und geht auf die Suche nach der Hoffnung, nach den Rissen im Asphalt und den Stimmen von den Rändern, die uns schon heute Puzzlestücke eines besseren Morgens erahnen lassen. In einem Zusammenspiel von physischen Theaterelementen, zeitgenössischem Tanz und in Bandbesetzung gespielter Livemusik bringt „Klima X“ Themen wie Klimakatastrophe und Kolonialismus vom Abstrakten ins Konkrete, sodass ein Raum der gemeinsamen Auseinandersetzung und wahrhaftigen Begegnung geschaffen wird.

Altersempfehlung: ab 6 Jahren

<https://de.antagon.de/klimax>

Überraschungstheater

[Mo] 10.30 Uhr | Großes Zelt | 3

Hier zeigen wir ein Kindertheater. Das Theater stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest, also laßt Euch überraschen!

Altersempfehlung: alle Altersgruppen ab 4 Jahren



Bilder: LanaSham / adobestock, jema, kelib

Kabarett

„Lach doch mal!“ – Wer hört ihn nicht gern, diesen ungebeten Ratschlag. Nein, schlechte Laune oder Sorgen lassen sich nicht immer einfach weglächeln, und erst recht nicht, nur um damit jemandem zu gefallen. Andererseits, ein bisschen was ist doch auch dran an der Legende: „Lachen ist die beste Medizin“. Das stellen die diesjährigen Kabarettist*innen meisterhaft unter Beweis!

Ein unbeschwertes Lächeln und ein Lied, mehr braucht Friedemann Weise nicht. Beim Bingo mit dem „King of Understatement“ steht Alles und Nichts auf dem Programm. Am Festivalsamstag verbreitet Dave Davis Sonnenschein als Soforthilfe-Maßnahme in diesen krisenhaften Zeiten. Sein Ratschlag: Ruhig, Brauner! – Demokratie ist nichts für Lappen. Eine multimediale Show, die alle Sinne sowie die Lachmuskeln anspricht, liefert das Comedy- und Satire-Ensemble Luksan Wunder. Zur Vollendung des abwechslungsreichen Kabarettprogramms bieten die Newcomerinnen Florentine Osche, Larissa Magnus und Ana Lucia Stand-Up vom Feinsten auf der Bühne des Großen Zelts.

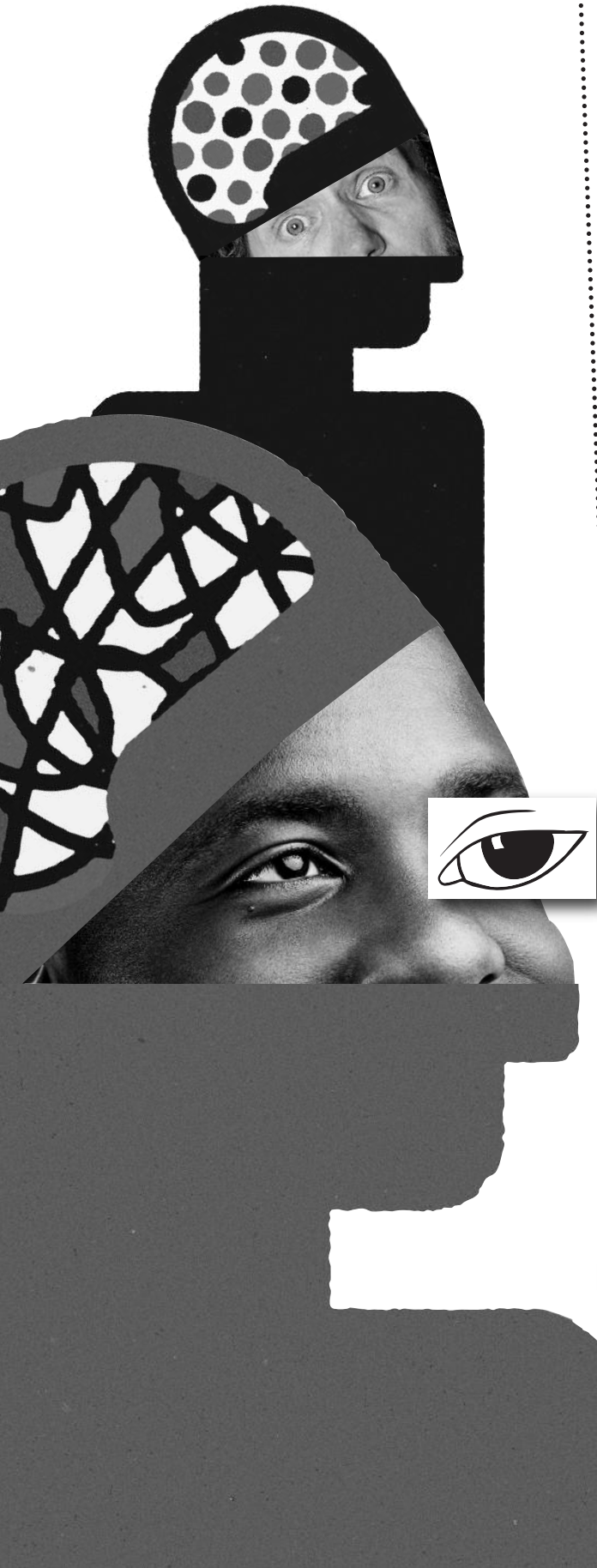




Foto: Philipp Böll

Friedemann Weise

Bingo

[Fr] 24.00 Uhr | Großes Zelt 3

Drei Akkorde, die Wahrheit und andere Lügen. Im dritten Soloprogramm des mehrfach preisgekrönten Premium-Entertainers geht es um Alles oder Nichts! Bienensterben, multiresistente Keime und Brunch sind nur drei Themen, die eher im Subtext vorkommen werden. Der Sanierungsstau bei der Bahn dagegen wird überhaupt keine Rolle spielen – im Gegensatz zu Beamer und Gitarre, denn die beiden wilden Kolleg*innen werden tragende Rollen übernehmen. Wer eine gewagte Mischung aus Klavierkabarett, Pantomime und Improtheater sucht, liegt hier goldrichtig. Den Titel des Programms schrieb der „King of Understatement“ Friedemann Weise an nur zwei Tagen. Bingo. „Es war wie in einem Rausch. Der Titel baute sich in rötlich schimmernden 3D-Lettern vor meinem geistigen Auge auf“, so der Anarcho-Komiker selbstbewusst, ohne jede Idee, was ein geistiges Auge ist. Regie übernahm kein geringerer als André Heller. Allerdings nicht bei diesem Programm, sondern bei der Eröffnungsshow der olympischen Spiele in London. Tatsächlich steht beim dritten Soloprogramm von Friedemann Weise hauptsächlich der Titel. Bingo.



Foto: Dave Davis

Dave Davis

Ruhig, Brauner! – Demokratie ist nichts für Lappen

[Sa] 24.00 Uhr | Großes Zelt 3

Wir Menschen verstehen uns als die letzte Sprosse der Evolutionsleiter, und das Leben könnte doch so einfach sein, wären da bloß nicht all die anderen. Unsere Mitmenschen lassen unseren „Aggrozytenpegel“ gerne mal in kritische Höhen schnellen. Grassierende Pandemien, ein beschleunigter Klimawandel und Wut beflügelnde soziale Ungleichheit drängen sich in unser gesellschaftliches Panorama. Mit dem Klöppel der einfachen Lösungen läuten Verschwörungstheoretiker*innen ihre Hochkonjunktur ein. Was nun? Untergang als Weg? Krise als Devise? Kann man machen, muss man aber nicht. Oder vielleicht lieber „Singing In The Rain“? Muss man nicht machen, sollte man aber! Dave Davis hat sein als Liveshow getarntes Soforthilfepaket für Deutschland pickepackevoll geschnürt: In „Ruhig, Brauner! – Demokratie ist nichts für Lappen“ spricht und singt der Sunshine-Generator der deutschen Kabarett- und Comedy-Szene ein Plädoyer für Lebensfreude und Zufriedenheit in geschmeidigen wie in widrigen Zeiten.



Foto: Luksan Wunder

Luksan Wunder

WTFM 100,Null

[So] 24.00 Uhr | Großes Zelt 8

Wer in letzter Zeit im Internet unterwegs war, dürfte um Luksan Wunder kaum herumgekommen sein: Das Comedy- und Satire-Kollektiv aus Berlin treibt vornehmlich im Netz, aber auch in sämtlichen anderen Medien sein wunderliches Unwesen und parodiert dort alles, was nicht bei drei aufm Baum ist. Nun gibt es die neue Live-Show des Kollektivs: „WTFM 100,Null“ funktioniert wie die Videos und die erfolgreiche Podcast-Show von Luksan Wunder auch: In verblüffend hoher Schlagzahl werden Gags und Formate gefeuert, und zwar mal derb, mal subtil, mal seltsam – mal Musik, mal Video, mal Sketch. Der anspielsreiche Humor schwimmt im stürmischen Bermudadreieck von Postmoderne, Pubertät und Parodie. Thematisch mäandert das Ganze von pseudo-philosophischen Unter-der-Dusche-Gedanken über virale Phänomene und Netzkultur bis hin zu unsachgemäßen Betrachtungen von Gesellschaft und Alltag. Die gesamte Show ist damit wie der Griff in eine Wundertüte, und zwar in eine Wundertüte, die sich an eine sehr diverse Zielgruppe richtet: Man weiß nie, was man als nächstes kriegt, Praline oder Tripper. Ein humoristischer Rundumschlag, ausgeführt mit Präzisionsboxhandschuhen aus Vanillepudding und einem feinen Lächeln im Gesicht.

Florentine Osche, Larissa Magnus, Ana Lucia

Sex & Kunst

[Mo] 12.30 Uhr | Großes Zelt 8

Die Mixshow ist ein mittlerweile auch in Deutschland etabliertes Comedy-Format, bei dem mehrere Künstler*innen nacheinander mit Programmausschnitten oder neuem Material auftreten. Für 90 Minuten verwandelt sich am Festivalmontag unser Großes Zelt in einen Stand-Up-Club und drei handverlesene Künstlerinnen geben sich nacheinander das Mikrophon in die Hand. Die Grenzen zwischen Comedy und Kabarett sind dabei schwimmend.

Bei der OPEN OHR Mixshow präsentieren wir die Newcomerinnen Florentine Osche aus Berlin, Larissa Magnus aus Bonn und Ana Lucia aus München. Florentine Osche ist ganz neu in der Comedy-Szene und berichtet auf der Bühne gerne von ungefragten Körben. Mit Larissa Magnus wird es getreu ihrem Motto „be a wild one – be a good one“ wild, weshalb sie bei ihren energiegeladenen Auftritten auch gerne mal zur Gitarre greift. Wie es sich anfühlt, verkatert beim Therapeuten zu sein, davon weiß Ana Lucia zu berichten und kann somit thematisch an unser diesjähriges Festivalthema anknüpfen.

FSK 12



Foto: Jette Mamarazzi

Florentine Osche



Foto: Sophia Zoe

Ana Lucia



Foto: Ingo H. Klett

Larissa Magnus



IRR:RELEVANT

Trotz ihrer Häufigkeit sind psychische Probleme und Krankheiten immer noch ein Tabuthema. Viele schämen sich, von der eigenen psychischen Erkrankung oder über Suizid in der Familie zu sprechen. Aus Sorge vor negativen beruflichen Konsequenzen, sozialer Ausgrenzung und der Konfrontation mit Vorurteilen suchen sich viele Betroffene keine, zu spät oder unpassende Unterstützungsangebote. Die Projektgruppe hat mit „Irr:relevant“ gerade nach der Corona-Pandemie ein aktuelles und brisantes Thema gewählt, das uns alle betrifft.

DER OPEN OHR VEREIN

Freund:innen des OPEN OHR haben sich zu einem gemeinnützigen Verein zusammengeschlossen, um das OPEN OHR als politisches Kulturfestival zu erhalten, die Autonomie der Programmgestaltenden Projektgruppe zu verteidigen und die Zitadelle als Festivalort zu sichern. Über die Kontaktpflege mit Politik und Gesellschaft, Projektgruppe und Vereinsmitgliedern sollen die Grundlagen des Festivals gefestigt werden.

Der OPEN OHR Verein setzt sich für eine bessere finanzielle Ausstattung des Festivals ein und fördert es mit Spenden für das Programm. In diesem Jahr wurden folgende Programmpunkte ermöglicht:

Hessisches Landestheater Marburg

Antagon TheaterAKTion

Dave Davis

Luksan Wunder

My Ugly Clementine

OK KID (Electronic Set)

Podium „Der Staat und seine süchtige Bevölkerung“

TREFFPUNKT AUF DER HAUPTWIESE

Der OPEN OHR VEREIN ist in diesem Jahr erneut mit einem Sektstand auf der Hauptwiese vertreten, und zwar am Pfingstamstag und Pfingstsonntag jeweils von 18 Uhr bis 24 Uhr. Die Erlöse fließen über den Verein direkt in das Programm.

MITGLIED WERDEN

Helft mit und werdet Mitglied im OPEN OHR Verein. Der Jahresbeitrag beträgt 60 Euro für Personen mit eigenem Einkommen und 25 Euro für Personen ohne eigenes Einkommen. Da der OPEN OHR Verein als gemeinnützig anerkannt ist, gibt es für die Beiträge eine Spendenbescheinigung vom Finanzamt.

NEUE WEBSEITE

Auch in den sozialen Medien ist der Verein vertreten. Die Webseite wurde überarbeitet, schaut mal vorbei.

www.open-ohr-verein.de und www.facebook.com/openohr.verein.

OPEN OHR VEREIN Vorstand: Kalle Schlieker, Yvonne Wuttke, Klaus Söndgen, Willy Müller, Valerie Thomas, Monika Mühlhausen, Dirk Rahn, Christian Gottas, Björn Kaltwasser, Emily Härtel, Andreas Johann.

www.open-ohr-verein.de

www.facebook.com/openohr.verein

AUFNAHME-ANTRAG

Hiermit erkläre ich meinen Eintritt in den Förderverein OPEN OHR. Der Jahresbeitrag beträgt € 60,- für Personen mit eigenem Einkommen und € 25,- für Personen ohne Einkommen.

Name

Straße, Ort

Telefon

E-Mail

Ort/Datum

Unterschrift

() Ich überweise den Jahresbeitrag in Höhe von € _____ auf das OPEN OHR Verein Konto Sparkasse Mainz, IBAN: DE29 5505 0120 0000 0533 30, BIC: MALADE51MNZ

() Ich lasse den Jahresbeitrag in Höhe von € _____ abbuchen: Einzugsermächtigung:

Hiermit ermächtige ich den OPEN OHR Verein widerruflich den Jahresbeitrag in Höhe von € _____ jeweils im ersten Quartal eines Jahres von meinem/unserem Konto abzubuchen.

Geldinstitut

IBAN

BIC

Name der Kontoinhaberin/des Kontoinhabers

Ort/Datum

Unterschrift

Musik

„Nur die Töne sind imstande, die Gedankenrätsel zu lösen, die oft in unserer Seele geweckt werden.“ Dieses Zitat von Hans Christian Andersen bringt die unvergleichliche Kraft der Musik auf den Punkt. Musik kann uns berühren, bewegen und uns in eine andere Welt entführen. Sie kann uns trösten, uns motivieren oder uns einfach nur glücklich machen. Das Ganze funktioniert dabei so wunderbar, weil Lieder den Künstler*innen oft aus der Seele sprechen. Sie verarbeiten in ihnen ihre eigenen Gefühle, Erfahrungen und Gedanken.

Lasst Euch in diesem Jahr mitnehmen auf eine bunte Reise durch die Gefühlswelten. Startet zusammen mit der Mainzer Band Ahtapot in dieses ereignisreiche Wochenende. Tanzt mit uns zu den Indie-Sounds von My Ugly Clementine, Banji und Pano. Lasst Euch elektrisieren von den Beats von OK KID (Electronic Set), Lostboi Lino und BABYJOY. Philosophiert zusammen mit ok.danke.tschüss, wer denn nun eigentlich verrückt ist – sie selbst oder die Anderen? Oder wollt Ihr mal alle Gefühle so richtig rauslassen? Dann haben wir Team Scheisse, ELL, Iva Nova und GASTONE für Euch! Zum Treibenlassen und Eingrooven können wir Euch Marema, Bia Ferreira, LA GÂPETTE und Footprint Project wärmstens empfehlen. Wie in jedem Jahr sind wir außerdem froh, auch unbekannten Künstler*innen eine Bühne bieten zu können. Denn auch Kiara Mali, Frédéric Perroux und Moritz Ley wissen in wunderbarer musikalischer Form von ihren Gedanken und Gefühlen zu erzählen. Ein Highlight für alle, die auf der Suche nach einer neuen Lieblingsband sind, wird unsere Newcomer-Stage sein: Zur besten Zeit geben wir am Sonntag auf dem Drususstein vier aufstrebenden Bands die Möglichkeit, Euch von ihrer Musik zu begeistern.

Und wer weiß – vielleicht schafft es die Musik ja einmal mehr, Gedankenrätsel zu lösen.



Foto: Ömer Mutlu



Ahtapot

Local Opener

[Fr] 19.00 Uhr | Hauptbühne 8

Ahtapot nimmt den Sound des Türkisch-Psychedelic-Rock der 70er als Ausgangspunkt und macht daraus etwas Neues. Wer diese Ära kennt, wird den großen Einfluss von Barış Manço, Erkin Koray und auch die Vibes neo-psychedelischer Bands wie Tame Impala oder Khruangbin bemerken.

Ahtapot bedeutet übersetzt Oktopus. Die Band hat ihre ersten beiden Singles Nous Nous und Aytutan mit dem bekannten Indie Produzent Olaf Opal voll analog aufgenommen. Die neue Single „Dere (der Fluss)“ kam am 14. April 2023 raus. Die Songs spiegeln ziemlich genau wider, was die drei in Mainz lebenden Musiker auf die Bühne bringen. Einen dynamischen, rauen, bisweilen punkigen Sound, der jede*n zum Tanzen bringt und sich damit bestens zur Eröffnung des 49. OPEN OHR Festivals eignet.

Foto: Team Scheisse



Team Scheisse

[Fr] 20.30 Uhr | Hauptbühne 8

Team Scheisse ist keine gewöhnliche Deutschpunk Band. Nach ihrer noch selbst veröffentlichten EP erscheint ihr Debut Album auf dem für Hip-Hop und Trettmann bekannten Label Soulforce. Nicht nur der „Karstadt detektiv“ sorgt seitdem für bundesweite Ohrwürmer. Nach einer Tour vor größtenteils ausverkauften Clubs, Supportshows für Die Toten Hosen werden sie auf der Zitadelle ihr zweites Album mit dem griffigen Titel „042124192799“ präsentieren.

Iva Nova

[Fr] 22.30 Uhr | Hauptbühne 8

Die vier experimentierfreudigen Damen von Iva Nova holen sich ihre Inspiration in der slawischen Folklore, ihre extravagante Musik hat aber auch einen absolut eigenen und wilden Touch. Ihr musikalischer Ausdruck ist energiegeladen und temperamentvoll, verspielt und humorvoll, weiblich und stolz. Wenn die Akkordeonspielerin ihr Instrument anstimmt, träumen wir sofort von den russischen Weiten. Aber wenn nach acht Takten dazu der Synthie anhebt, fühlen wir uns augenblicklich in das subversive Lebensgefühl der Großstadt versetzt. 2002 in Sankt Petersburg gegründet, brachte Iva Nova 2004 ihr erstes Album heraus und startete damit sofort eine beispielhafte Livekarriere im In- und Ausland. Seitdem touren die vier Musikerinnen jedes Jahr durch etliche Clubs und Festivals in der ganzen Welt mit ihrer unverwechselbaren und packenden Manier. Sie bedienen sich bei den musikalischen Traditionen ihrer Heimat, aber bewegen sich zugleich kreativ in alle erdenklichen Stilrichtungen. Zwischen gefühlvollen Songs und kraftvollem Punkrock ist alles möglich – das ist pure musikalische Anarchie!



Foto: Andrey Kezzyn



Foto: Anika Koppenstedt

Kiara Mali

[Sa] 13.30 Uhr | Drususstein

Kiara Mali hat keinen Bock auf Nebel im Kopf, ihr Liveset bringt wieder Blut in die Adern der lebensdurstigen Sinn-sucher*innen und ihre Geschichten gehen mit kraftvoller Stimme den Denker*innen unter die Haut. Die fünfköpfige Band der Solokünstlerin füllt mit jazziger Gitarre und verwaschenen Drums Zeit und Raum mit verträumten Gesichtern und weckt sie mit rockigen Alternative Elementen wieder auf.



Überraschungsband

[Sa] 15.00 Uhr | Drususstein

Hier wird eine Überraschungsband die Besucher*innen mit auf eine Reise in ein musikalisches Wunderland nehmen. Wer genau? Nun, das war zu Redaktionsschluss noch ein gut gehütetes Geheimnis. Lasst Euch entweder überraschen oder informiert Euch über die aktuellen Änderungen an den Aushängen am Festivalbüro.



Foto: Semra Ak

ELL

[Sa] 16.30 Uhr | Drususstein

„Wenn du jetzt machen würdest, was du eigentlich schon immer machen wolltest – was würdest du tun?“ Als dieser Spruch 2019 auf dem gemeinschaftlichen Küchenkalender auftauchte, war für Lisa-Anna (sie/ihr) und Lennart (er/ihn) sofort klar: „Lass ma auf die Bühne und Leute anbrüllen! Also nicht böse, aber einmeißelnd!“ Was daraus entstand, nennt sich heute ELL und ist ein Duo, das mit wenigen Instrumenten und weiblicher Stimme die Schönheit einer Schlagbohrmaschine mit der Power einer duftenden Kirschblüte vereint. Oder umgekehrt? Wer vermag das schon zu beurteilen! Jedenfalls kommt am Ende das an, was sie machen wollen.



Foto: Marc Zimmer

Pano

[Sa] 18.00 Uhr | Drususstein

Es ist das gewisse Etwas: Eine magische Verbindung aus der Musik und ihrer faszinierenden Stimme – fordernd, doch zugleich von einer unbestimmten Sanftheit getragen – mit der Pano uns unvermittelt und ungefragt in ihren Bann zieht, sobald die ersten Töne ihrer Songs erklingen. Sich zu wehren – zwecklos. Stattdessen können wir uns ihr aber auch hingeben, die Gänsehaut in Wellen kommen und gehen und uns einfach tragen lassen. Mit ihrer Musik beweist Pano, dass Abenteuer und Musik bestens zusammenpassen – Musik, die beim Hören den Geschmack von Freiheit auf die Zunge zaubert. Auf raffinierte Weise wird hier eine coole Indie-Pop-Attitüde mit Feel-Good-Vibes vereint, die von coolen Gitarren-Riffs und zuweilen treibenden Drums getragen, stets auch mit einem Hauch Melancholie daherkommt. Pano bietet den perfekten Soundtrack für das nächste große Abenteuer. Und während auf subtile Weise diese aufregende Aufbruchsstimmung kitzelnde Vorfriede auf den nächsten Trip ins große Unbekannte kreiert, auf den sie uns mitnehmen möchte, erzeugen ihre Songs gleichzeitig dieses warme, geborgene Gefühl, Zuhause zu sein.



Foto: Keldy Pech

Footprint Project

[Sa] 19.00 Uhr | Hauptbühne 3

Frischer Sound von der Spree: Das Footprint Project ist eine zehnköpfige Brass'n'Beats Kombo aus Berlin. Afrobeat, Neosoul, Jazz und Hip-Hop werden im Ofen zu einem saftigen Groove-Mosaik gebacken. Drums, Beatbox, Bass, Keys und Gitarren bauen ein knackiges Fundament für scharfe Brasslines und souligen Gesang.

Die Band hat in den letzten Jahren bereits zwei Alben veröffentlicht, zahlreiche berauschende Live-Konzerte auf Festivals gespielt und war u. a. mit namenhaften Künstler*innen wie Earth, Wind & Fire auf Tour. Mit „Garden Of Opinions“ brachte das Footprint Project am 20. Mai 2022 sein drittes und bisher komplexestes Album raus. Zwölf Songs voller Ideen und Emotionen, geschrieben und entstanden während der Pandemie. Im Sommer 2022 war die Band in Deutschland und Europa mit ihrem neuen Album auf Tour, um die Tanzflächen der Welt mit Fußabdrücken zu schmücken. Wir freuen uns nun darauf, mit ihnen gemeinsam frische Fußabdrücke auf der Zitadelle zu hinterlassen.





Foto: Lea Fleck

Lostboi Lino

[Sa] 20.30 Uhr | Hauptbühne 3

LL ist zurück und kündigt sein erstes „richtiges“ Album an. „Phase“ ist wütend, zornig und emotional. Himmelhochjauchzend zu Tode betrübter angry young Boi erzählt aus seinem Leben und verschiedenen Phasen, durch die man geht. Ein ganz großes Album mit pinkem Faden. Grunge und 90er meets Trap und 2023. It's not a phase, it's just a phase! Lostboi Lino liebt Assoziationen, den Aufbau von Erwartungen und das Spielen mit der vermeintlichen Enttäuschung. Er singt fröhliche Melancholie und rappt intelligenten Punk. Lostboi Lino liebt Rebellen: Kurt Cobain, David Bowie, Rio Reiser, Udo Lindenberg oder Lil Peep. Wenn man ehrlich ist, dann macht Lostboi Lino keinen Rap. Aber wenn man ehrlich ist, dann rappt er auch auf Beats. Aber eben nur auch. Auch legt er Gefühle auf einen Sound, der dem musikalischen Kosmos der 90er entstammen könnte und mehr Seattle Grunge in sich trägt als New Yorker Boombap. Aber dann kommt der Subbass und die 808s und alles ist klar. Das ist NuRap.



Foto: Nampémanla

Marema

[Sa] 22.30 Uhr | Hauptbühne 3

Irgendwo zwischen Afro-Pop, Mbalax, Soul und Weltmusik, inspiriert durch den akustischen Sound von Tracy Chapman, in diesen Klangräumen entwickelt Marema ihren eigenen Sound à la Sénégalaise. Die ausgebildete Musikerin selbst bezeichnet ihre Musik schlicht als grenzenlose Fusion. Ihre Identität und Lebenserfahrungen geben ihren Songs einen unverwechselbaren Charakter, mit welchem die gebürtige Senegalesin die musikalische Landschaft Westafrikas im Nu eroberte. Im Jahr 2014 gelang ihr mit der Single „Femme d'affaires“ der internationale Durchbruch. In ihren Texten erzählt sie von den starken Frauen ihrer Heimat und setzt sich für soziale Gerechtigkeit ein. Im Folgejahr gewann Marema den RFI Award als „beste weibliche Künstlerin Afrika“ und tourte durch ganz Afrika. Einladungen zu großen Festivals in Europa folgten. Heute lebt sie in Wien und arbeitet an ihrem neuen Album, dass sie im Senegal aufnehmen wird.

Anzeige

TRAUBEN GLÜCK

**EUER PARTNER
IN SACHEN WEIN**

KOMMT UNS AM STAND BESUCHEN !

ONKEL OSKAR
WEINBAR | FEINKOST | EVENTS

DAGOBERT
WEINBAR & FEINE KÜCHE



Foto: Ann-Kathrin Müller



Foto: Conrad Schön

Moritz Ley

[So] 10.00 Uhr | Auf der Mauer

Moritz Ley spielt Gitarre und schreibt Songs. Nach der Veröffentlichung seiner Debüt-EP „Emotionale Amnesie“ arbeitet der Sänger aus Hamburg nun an seiner zweiten Platte, auf der er sich neben den nostalgischen Synthesizern seines Debüts wieder zu seinen musikalischen Wurzeln zurück bekennt – einem rohen, unverfälschten Gitarrensound. Zwischen gesungener Poesie und tanzbarem Synth-Pop erzeugt Moritz atmosphärische Songs, die zum Tagträumen einladen. Der Klang ist mal groovy, mal reduziert und lässt Luft zum Atmen. Die Texte sind ehrlich und setzen sich immer wieder auch mit dem Thema mentale Gesundheit auseinander: Wie im Song „Bei mir“, der sich auf die Suche nach innerer Zufriedenheit in Zeiten einer „Höher/schneller/weiter“-Mentalität begibt. Oder beim Blick auf das psychische Wohlbefinden von Musikschaffenden im titelgebenden Song seiner kommenden Platte. Nach seiner „Emotionale Amnesie – Reisetour“ und Auftritten auf einigen Indie-Festivals macht Moritz Ley im Duo mit seinem Schlagzeuger Niklas Herzog nun Halt Auf der Mauer beim 49. OPEN OHR Festival.

BABYJOY

[So] 10.00 Uhr | Drususstein

Mit ihrer sanften, gleichsam rauen Stimme fließt sie über Trap Beats. Die Berlinerin mit französischen und amerikanischen Wurzeln wechselt dabei souverän zwischen Deutsch und Französisch. BABYJOY wurde bereits früh musikalisch durch ihren Vater geprägt, der selbst als Musiker tätig war. Somit war ihr eigener Einstieg in die Musikwelt nur eine Frage der Zeit. Nach einer kurzlebigen und schließlich abgebrochenen Jazz-Ausbildung widmete die Newcomerin sich eigenständig ihrem künstlerischen Werdegang. Die neue EP „Ophelia“ ist eine Mischung aus dynamischen und kraftvollen Songs sowie gefühlvollen Vibes: Denn auch diesmal führt sie uns in den Genuss ihrer uns bekannten sanften Töne, die es einem ermöglichen, sich voll und ganz in ihrer Stimme zu verlieren. Über fünf Songs verarbeitet BABYJOY darauf verschiedenste sie betreffende Themenbereiche: ihren Umgang mit Melancholie, Weltschmerz, Freundschaft sowie schlussendlich im Song „Sourire à l’envers“ den Verlust ihres Vaters. Wir sind gespannt auf alles, das BABYJOY noch zu bieten hat.



Foto: Marc Behring

Kontraire



Foto: Tessa Trautmann

Return to Monkee



Foto: Jan Bema

ELDA



Foto: Jörg Jäkel

Deep in Moon

Newcomer Stage

[So] 11.30 Uhr | Drususstein

Newcomer-Bands und OPEN OHR Festival – das gehört irgendwie zusammen. In diesem Jahr werden vier junge, aufstrebende Bands im Rahmen unserer Newcomer Stage den Drususstein rocken. Unsere Nachwuchsmusiker*innen bekommen je 30 Minuten lang die Möglichkeit, sich mit ihren spannenden, frischen Sounds beim OPEN OHR Publikum einen Namen zu machen und dabei die einzigartige Atmosphäre am Drususstein zu genießen. Mit von der Partie sind ELDA aus Frankfurt mit ihrem ausgeschlafenen Indie-Pop, der auf Understatement, Ecken und Kanten setzt. Darüber hinaus präsentieren sich gleich zwei Bands aus dem fernen Leipzig: Während bei Deep in Moon Indie-Gitarren geschmückt von Orgel-Sounds auf den tanzbaren Beat der Retro-Drums treffen, liefern Kontraire deutschsprachigen Alternative Rock mit progressiver Schlagseite. Return to Monkee zeigen Indie-Rock und halten dabei stellvertretend die heimischen Mainzer Fahnen hoch. Es darf mit offenen Ohren gelauscht und nach allen Regeln der Kunst getanzt und gefeiert werden! Und wer weiß, vielleicht sieht man die ein oder andere Band in ein paar Jahren schon auf unserer Hauptbühne wieder.



Foto: Bordoo Creations

Banji

[So] 18.00 Uhr | Drususstein

Banji ist eine niederländische Vierergruppe, die frischer nicht sein könnte. Beim Anhören ihrer Songs könnte man sie als musikalische Verkörperung von baumelnden Halsketten, locker sitzenden Latzhosen, 8-Bit-Arcades und ironischen Second-Hand-Funden sehen. Die Band hat ihren eigenen Hybrid aus Pop, R&B, wackelig synthetisiertem Electro-Funk, verzerrtem Gesang und auffälligen Licks geschaffen. Banjis Aussehen und Gefühl in ein paar Stichworten? Verspielt, jugendlich, bunt und rebellisch. Mit ihrer Debütsingle „Listen“ hat die Band eine Hymne geschaffen, die jede*n anspricht, der*die auf markante, eingängige Gitarrenmelodien steht. Das Ergebnis? Eine Band, die ein Publikum in vielen verschiedenen Genres erreicht. Support-Auftritte für DI-RECT, Balthazar und Vampire Weekend sind ein Beweis für diese Vielfalt. Banji ist bereit, durchzustarten!



Foto: Mala Kolumna

My Ugly Clementine

[So] 19.15 Uhr | Hauptbühne 3

Bevor Sophie Lindinger mit ihrer Band My Ugly Clementine den Underground Wiens aufmischte, machte die Bassistin und Sängerin bereits als eine Hälfte des Elektropop-Duos Leyya von sich reden. Awards und Fame regnete es damals schon – seit 2019 wiederholt sie diesen Trick in Zusammenarbeit mit Mira Lu Kovacs (5K HD, Schmieds Puls) und Nastasja Ronck (Sharktank) abermals, nur noch besser. Für das aus den städtischen Musikkreisen prominent besetzte Projekt stehen die Zeichen auf Durchbruch, wobei der prinzipiell schon zu Beginn gelungen ist. Denn noch bevor irgendjemand auch nur einen Ton der Band gehört hatte, war das erste Konzert im Wiener Rhiz schon ausverkauft – viele weitere sollten folgen. Während die Musik von My Ugly Clementine im Spektrum von Indie, Pop und Garage-Rock-Revival spielt, sind die Texte geprägt von feministischen Diskursen, von Empowerment und Gleichberechtigung. Auf dem Debütalbum „Vitamin C“ (2020) war die stilistische und thematische Ausrichtung bereits derart gelungen, dass es vom Dachverband europäischer Indie-Labels Impala zum „Album Of The Year“ gekürt wurde. Einen Amadeus Austrian Music Award und den Titel „Band des Jahres“ 2020 vom Radiosender FM4 hatte die Band zuvor schon verbuchen können.



Foto: Niren Mahajan

OK KID (Electronic Set)

[So] 21.15 Uhr | Hauptbühne 3

Ist es tatsächlich schon eine Dekade her, dass wir zum ersten Mal von der grauen „Stadt ohne Meer“ gehört und den „Kaffee warm“ gehalten haben? Im April 2013 begannen OK KID mit ihrem gleichnamigen Debütalbum ihre fulminante Erfolgsreise und drücken seitdem dem oft verschmähten „Deutsch-Pop“ ein neues Qualitätssiegel auf. 10 Jahre also werden die KIDs alt und möchten deshalb das ganze Jahr über ihren Geburtstag feiern. Dafür starten sie im Frühjahr auf ihre 10-Städte-Jubiläumstour, die sie den Sommer über durch Auftritte auf verschiedenen Festivals anreichern.

Für uns haben sie sich dabei etwas Besonderes überlegt: Statt ihre Musik in gewohnter Formation zu präsentieren, kommen OK KID in ihrer intimsten Besetzung zu dritt zum OPEN OHR Festival, um dort ihre Hits in Form eines Electronic Sets zum Besten zu geben. Freut Euch auf tiefgründige Texte untermalt von wummernden Bässen und schillernden Synth-Sounds und lasst Euch mitnehmen auf eine Reise durch 10 Jahre Bandgeschichte.



Foto: Fabrice Menard

LA GÂPETTE

[Mo] 10.00 Uhr | Drususstein

Ihr Zuhause ist das Bistro – ein Mikrokosmos, der das Leben in allen Facetten widerspiegelt. Den sechs Musiker*innen aus der Bretagne liefert er nicht nur die Inspiration für ihre gefühlvollen Texte – sie bringen ihren eigenen Tresen, das „comptoir“, auch gleich mit und servieren Menschlichkeit und Großzügigkeit in einer furiosen Mischung aus Musette, Ska und Balkan-Pop. Mit der Schirmmütze, der „gâpette“, auf dem Kopf und mit Gitarre, Kontrabass, Banjo, Saxophon, Schlagzeug und Akkordeon sind die Breton*innen seit acht Jahren in Europa unterwegs. Auf beinahe 1000 Konzerten trugen sie ihre „Chanson Muzouche“, ihren ganz eigenen Sound aus fröhlicher Musette und Manouche, von Saint Malo nach Budapest bis Berlin. Dabei verstoßen LA GÂPETTE mit Vorliebe gegen die Regeln des Chansons und die Gesetze des Akkordeons. Mit ihrem aktuellen Album „Après la pluie, la tempête“ im Gepäck erzeugen sie eine unverwechselbare Energie, die sich auf ihr Publikum überträgt – getreu der Maxime: Es lebe die Live-Show!

In Kooperation mit dem
Institut français Mainz.



Foto: Frédéric Perroux

Frédéric Perroux

[Mo] 10.00 Uhr | Auf der Mauer

Als Multi-Instrumentalist und Komponist lässt Frédéric Perroux seine Begegnungen mit Menschen aus verschiedensten künstlerischen Universen in seine Musik einfließen: Inspirationen aus dem Theater, zeitgenössischem Tanz, bildender Kunst, Film und Musik formen seinen Sound an der Solo Handpan. Durch weiterbildende Reisen nach Marokko und Mali vervollständigte er seinen Stil. Sein erstes Solo-Album „La Clef“ erschien 2007 und sechs weitere folgten bisher. Im Jahr 2018 schlug Frédéric eine elektronischere Richtung ein und öffnete sich dem Genre der Weltmusik. Vor einem Jahr begegnete er dem Gitarristen Ulrich Keller und gemeinsam arrangierten sie seine Kompositionen neu. Basierend auf Sound Sequenzen finden sich in den Songs Einflüsse von Funk und Rock, während die Handpan ihre meditative Wirkung über allem entfaltet. Im „Spirit“ des Jazz nimmt das Duo die Loops auf den Instrumenten live auf und spielt mit der größtmöglichen Freiheit an Improvisation. Das Album „Travel“ beschreibt ihre gemeinsame Reise, die sie am Pfingstmontag auf die Mainzer Zitadelle führt.

ok.danke.tschüss

[Mo] 12.00 Uhr | Drususstein

ok.danke.tschüss haben keine Angst vor Klamauk. Ihrem Genre hat man schon viele Namen gegeben: „Einhorn-Rock“, „Synthie-Pop“ und „Was-zur-Hölle-soll-das-denn-sein?“. Nichts hat sie geschockt. Mit abgefahrenen Synthie-Sounds, schrillen Outfits und schrägen Dancemoves leiten sie die „Neue neue neue neue deutsche Welle“ ein und zeigen mit einem freundlichen Lächeln und erhobenem Mittelfinger auf alles, was in der Welt schief läuft. Vielleicht sind sie die höflichste Rebellion der Welt. Die deutschen Texte sind mit einer gewaltigen Portion Wortwitz gepfeffert und behandeln dabei auch ernste Themen. Wie in „Böses Mädchen“ die Klimadebatte, in „Verrückt“ die Wirkung des Kapitalismus und in „Liebe?“ die heuchlerische Eifersucht. Zu alledem darf ausdrücklich scheiße getanzt werden. Headbanging, Pogen, Walzer, Discofox, die tote Robbe, Planking, ... alles ist erlaubt und alles ist möglich. Auch mit offenem Mund da stehen und sich fragen, was zur Hölle hier denn gerade abgeht.



Foto: Filip Boban



Foto: Camila Tuon

Bia Ferreira

[Mo] 15.00 Uhr | Hauptbühne 3

„MMP – Música de Mulher Preta“ (Musik von schwarzen Frauen) nennt die Sängerin, Multiinstrumentalistin und Komponistin ihre Musik. Die Inhalte ihrer Texte positionieren sich klar gegen Rassismus, Homophobie und andere Diskriminierungen und sind ein politisches Plädoyer für Feminismus und Liebe.

Als Teenagerin zog Bia Ferreira mit ihrer Gitarre durch ganz Brasilien und spielte ihre Musik für alle, die sie hören wollten. So verbreitete sie ihre politischen Botschaften und versprühte die Liebe, die all ihre Songs ausmacht. Jetzt kommt sie an Pfingsten auf die Zitadelle, denn auch wir wollen sie hören. Im Gepäck hat sie ein Album voller Liebeslieder, basierend auf brasilianischen Rhythmen und Afrobeat, welches die revolutionäre Liebe schwarzer LGBTQ+ Personen thematisiert. Auch der zweite Teil des Doppelalbums ist inhaltlich politisch. Musikalisch wird ihr Publikum auf eine Reise in die Genres Reggae, Ragga und Rap eingeladen. Im Oktober 2022 begeisterte sie mit einer der besten Shows der Messe das große WOMEX Publikum.

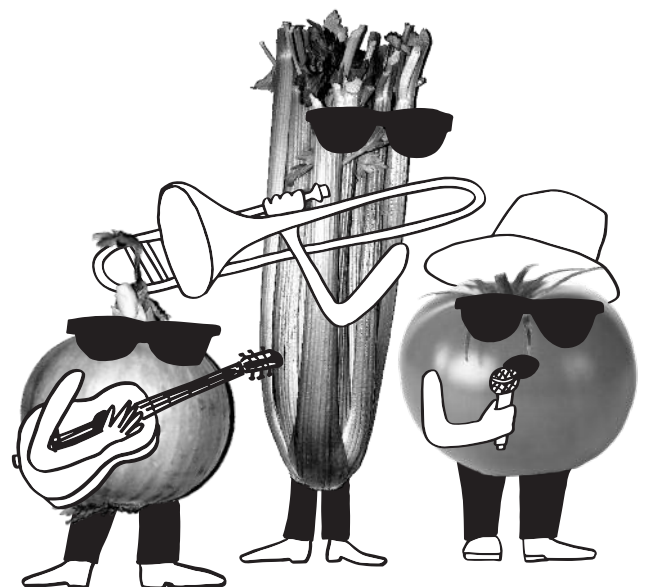


Foto: Angela Kropp

GASTONE

[Mo] 17.00 Uhr | Hauptbühne 3

Sozusagen als Nachtisch für Birne, Bauch und Beine und damit krönender Abschluss des 49. OPEN OHR Festivals, gibt es mit GASTONE Pasta für die Ohren. Der Sound von GASTONE passt nicht so recht in eine bestimmte Schublade. In den Worten von Detlev Kinsler, Musikjournalist der Frankfurter Rundschau: „Bei GASTONE groovt selbst die Melancholie. Seine Musik taugt sogar bei den ernsthaftesten Themen zur Party.“ Deswegen passt sie auch so gut zum OPEN OHR Festival. Seit nunmehr 20 Jahren und über 1000 Konzerten ist Guiseppe „GASTONE“ Porrello Kopf der Band. Seine unverwechselbare Stimme erinnert an Zigarren und Whiskey. Seine Songs, in denen er für eine bessere Welt plädiert, beschreibt er selbst als Spaghetti-SKA mit einer Soße aus Weltmusik. Ein ganz besonderer Genuss, der Jung und Alt direkt in die Beine geht und zum Tanzen animiert. Aufgetischt wird das musikalische Menü von „GASTONE & Famiglia“. Die internationale Besetzung der kunterbunten Truppe hochkarätiger Musiker macht den Sound von GASTONE zum unverwechselbaren Erlebnis, das Ihr Euch nicht entgehen lassen solltet.



Das Freiwillige Ökologische Jahr (FÖJ) in Rheinland-Pfalz und in Frankreich

Das Freiwillige Ökologische Jahr (FÖJ) und der Deutsch-französische Ökologische Jugendfreiwilligendienst (DFÖJ) sind ökologische Bildungsjahre. Unser Motto lautet: Sich einsetzen und das erhalten, was uns lieb und wichtig ist – die Natur und Umwelt, in der wir leben. Es gilt, etwas zu tun, zu arbeiten, kreativ zu sein und Neues zu lernen. Während des FÖJ wird in den vielfältigen Bereichen des Umwelt- und Naturschutzes gearbeitet, z. B. im praktischen Naturschutz, in der Tierpflege, auf Biohöfen, in der Forstwirtschaft, für Wind- und Sonnenenergie, in der Umweltbildung oder im PR-Bereich.

In Rheinland-Pfalz wird das FÖJ unter anderem vom FÖJ-Konsortium der Umweltverbände BUND, NABU und GNOR mit Sitz in Mainz organisiert. In Frankreich wird das DFÖJ in Kooperation mit einer französischen Partnerorganisation durchgeführt, wodurch jedes Jahr mehr als 100 junge Menschen aus Deutschland und Frankreich ihr FÖJ im jeweiligen Partnerland leisten können. An unserem Stand beteiligen sich aktuelle und ehemalige Freiwillige des (D)FÖJ.

Kontakt

FÖJ-Konsortium der Umweltverbände Rheinland-Pfalz (FÖJ-KUR)
Osteinstr. 7-9
55118 Mainz
Tel.: 06131/6270670
www.foej-rlp.de

Initiative Zitadelle Mainz e. V.

Förderverein zum Erhalt der historischen Zitadelle

Die Initiative Zitadelle Mainz e. V. (IZM) besteht schon seit fast 20 Jahren als gemeinnütziger Förderverein. Sie setzt sich dafür ein, den Erhalt der Zitadelle zu unterstützen und die kulturelle Nutzung weiter zu stärken. Als herausragendes Kulturdenkmal ist die Zitadelle einer der Dreh- und Angelpunkte der Mainzer Geschichte. Sie liegt unmittelbar über der Mainzer Altstadt und bildet als barocke Festung zusammen mit den Relikten aus römischer Zeit, wie dem Drususstein und dem Römischen Theater ein außerordentliches Zeugnis Mainzer Stadtgeschichte. Die Zitadelle auch touristisch weiterzuentwickeln, ist das erklärte Ziel der Initiative Zitadelle Mainz e. V.

Kontakt

Initiative Zitadelle Mainz e.V.
Geschäftsstelle
An der Alten Reithalle 26
55124 Mainz
Tel.: 06131/33311-30
izm@mainzer-zitadelle.de
www.zitadelle-mainz.de

Initiative Römisches Mainz e. V.

Die Initiative Römisches Mainz e. V. (IRM) ist ein Zusammenschluss von Bürger*innen, die einen Beitrag leisten wollen, um das römische Erbe der Stadt Mainz zu bewahren, zu erforschen und für die Öffentlichkeit erlebbar zu machen. Wegen der in Mainz einzigartigen Kombination herausragender oberirdischer Monu-

mente (z. B. Römisches Bühnentheater, Drususstein, Aquädukt) mit richtungsweisenden antiken Funden unterstützt die IRM das Konzept eines „Freiluftmuseum Römisches Mainz“. Obwohl die Konservierung der erhaltenen Bausubstanz prioritär ist, spielen auch Aspekte der Präsentation der Baudenkmäler, der Umgang mit römischer Kultur und deren Integration in das heutige Mainz sowie innovative Konzepte der öffentlichen Nutzung der Baudenkmäler eine wichtige Rolle.

Kontakt

Taberna Archeologica und Isis-Heiligtum
Römerpassage 1
55116 Mainz
Tel.: 06131/6007493
taberna@roemisches-mainz.de
www.roemisches-mainz.de

Stadtjugendring Mainz e. V.

Wir bestimmen mit. Der Stadtjugendring Mainz e.V. ist seit 1947 die Dachorganisation von derzeit 20 Mainzer Jugendverbänden und -organisationen. Seine Zielsetzung ist die Förderung und Unterstützung von Kinder- und Jugendarbeit in Mainz, die konkret in seinen Mitgliederverbänden stattfindet. Jährlich finden in den Jugendverbänden verschiedene Ferienfreizeiten und Seminare zur politischen Bildung statt. Außerdem werden ehrenamtliche Mitarbeiter*innen in Schulen zu Gruppenleiter*innen ausgebildet. Öffentlich zu kinder- und jugendrelevanten Themen Stellung zu beziehen, ist ein großer Schwerpunkt in der Jugend-

arbeit. Wichtig ist es uns, an den Interessen und Bedürfnissen von Kindern und Jugendlichen anzusetzen und uns dabei aktiv mit den Verbänden auszutauschen. Nur so ist eine Lobby für Kinder und Jugendliche in und außerhalb von Mainz effektiv zu gestalten. Der Stadtjugendring verwaltet außerdem die Zuschüsse des Jugendpflegeetats. Informationen gibt es über unsere Geschäftsstelle.

Kontakt

Geschäftsstelle Stadtjugendring Mainz e. V.
Josefstraße 14
55118 Mainz
Tel.: 06131/834895
www.sjr-mainz.de

Suchthilfe Mainz

Die Suchthilfe Mainz ist mit einem Infostand und ihrem Präventionsteam auf dem OPEN OHR vertreten. Am Samstag und Sonntag wollen wir allgemein über unsere Arbeit und unser Angebot informieren. Gleichzeitig sind wir mit Safer-Use-Tipps und Safer-Use-Materialien vor Ort ansprechbar. Unser Präventionsteam nimmt zusammen mit den Teilnehmer*innen unsere Resilienz-Faktoren in den Blick, für Leute, die lieber einen klaren Kopf behalten möchten. Wir freuen uns auf Euren Besuch!

Kontakt

Cafe Balance
Drogenhilfezentrum
Augustusstr. 29 a
55131 Mainz
Tel.: 06131 / 574784
www.cafe-balance.de

krisenchat

krisenchat ist ein gemeinnütziges Unternehmen, das zu Beginn der Corona-Pandemie mit der Vision gegründet wurde, psychosoziale Ersthilfe für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene unter 25 Jahren leicht zugänglich zu machen. Unser kostenloses Angebot erfolgt über eine professionelle Chatberatung, die rund um die Uhr von überall aus via WhatsApp und SMS erreichbar ist. Derzeit sind wir in Deutschland der größte digitale Anbieter für Beratungen. Außerdem bieten wir seit März 2022 über krisenchat Ukrainisch, Russisch und Englisch an. Seit Mai 2020 haben wir mehr als 80.000 Chatberatungen durchgeführt, v. a. zu den Themen Depression, Suizidgedanken/Suizidalität, Selbstverletzendes Verhalten und Einsamkeit. Die Beratung wird dabei zum größten Teil von über 300 Krisenberater*innen aus dem psychologischen und sozialen Bereich durchgeführt.

Kontakt

Weitere Informationen unter: www.krisenchat.de

unplugged – Das Beratungscafé, Mainz

Seit 2005 ist unplugged – Das Beratungscafé die Anlaufstelle für Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 16 und 27 Jahren, die sich für ihre psychische Gesundheit interessieren oder Fragen zu seelischen Krisen und Erkrankungen haben. Unter dem Motto „Seelischen Problemen den Stecker ziehen“ ist unplugged mehr als ein Café und mehr als eine Beratungsstelle. Zum Angebotsspektrum gehört der Cafébereich mit offenem Treff und niederschweligen Freizeit- und Gruppenangeboten sowie die Beratung von Betroffenen und deren Angehörigen. Diese offenen Angebote können unkompliziert ohne Zugangshürden genutzt werden. Längerfristige professionelle Unterstützung und Begleitung ist im Rahmen der Qualifizierten Assistenz möglich. Ein weiterer Schwerpunkt des unplugged sind

Angebote zur Prävention von seelischen Erkrankungen in Schulen, Hochschulen und Ausbildungsbetrieben sowie öffentlichkeitswirksame Projekte, die Stigmatisierungen und Vorurteile gegenüber Betroffenen abbauen. unplugged ist eine Abteilung der gpe, Gesellschaft für psychosoziale Einrichtungen gGmbH.

Kontakt

unplugged –
Das Beratungscafé
Leibnizstraße 47
55118 Mainz
Tel.: 06131/9067600
unplugged@gpe-mainz.de
www.unplugged-mainz.de

Irrsinnig Menschlich e. V., Leipzig

Seit über 20 Jahren begeistert Irrsinnig Menschlich e. V. Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene mit Präventionsangeboten zur psychischen Gesundheit. Ziel ist stets die Verhaltens- und Verhältnisprävention – am besten in Kooperation mit weiteren Akteuren aus den Bereichen Gesundheit, Soziales und Bildung. Irrsinnig Menschlich e. V. und sei-

ne Kooperationspartner*innen bringen psychische Krisen zur Sprache, helfen jungen Menschen ihre Not früher zu erkennen, sich nicht zu verstecken und Unterstützung anzunehmen. Damit greifen sie ein hochrelevantes gesellschaftliches Thema auf, das in Schule und Studium, Ausbildung und Beruf kaum Platz findet, Familien oft überfordert sowie persönliches Leid und immense gesellschaftliche Kosten verursacht.

Kontakt

Irrsinnig Menschlich e. V.
Erich-Zeigner-Allee 69-73
04229 Leipzig
www.irsinnig-menschlich.de
Landeskoordination Rheinland-Pfalz
Christopher Haas
Telefon 06131/9067600
christopher.haas@gpe-mainz.de

Danksagung

Wir danken ganz herzlich:

dem Ministerium für Familie, Frauen, Kultur und Integration; Kultursommer Rheinland-Pfalz; Radeberger Gruppe KG; OPEN OHR Verein; ENTEGA; Die Radgeber; Mainzer Stadtwerke AG; Landeszentrale für politische Bildung Rheinland-Pfalz; Rosa-Luxemburg-Stiftung Rheinland-Pfalz; Heinrich Böll Stiftung Rheinland-Pfalz; Eule Büro für Leichte Sprache; ehemaligen Projektgruppenmitgliedern; Dipl.-Ing. Richard Möbus (Sachverständiger für Schallschutz); longplay promotions; der ehrenamtlichen Zeltplatzwache; den Aktiven vom Freiwilligen Ökologischen Jahr; allen beteiligten Ämtern der Landeshauptstadt Mainz; dem Jugend- und Sozialdezernenten Dr. Eckart Lensch sowie allen hauptamtlichen Mitarbeiter*innen der Abteilung Kinder, Jugend und Familien und allen beteiligten Initiativen.

Was wäre das OPEN OHR Festival ohne seine vielen Unterstützer*innen, Helfer*innen und Sponsor*innen?

Die Projektgruppe

Ich packe meinen Koffer für die Insel ohne Sorgen und nehme mit...



Isabel Holl



Yannik Weigelt



Katharina Hauschildt



Marc Heger



Laura Acksteiner



Julian Shirazi



Lea Höltge



Dominik Schmidt



Michel Altherr



Martina Zendel
(Stadt Mainz)



Marcus Hansen
(Stadt Mainz)



Tania Küpeliyan
(Stadt Mainz)



Linda Artz
(Stadt Mainz)



Fotos: adobestock/deagrez, Masson

Neue Projektgruppenmitglieder gesucht!

Du willst das nächste OPEN OHR Festival mitorganisieren?
Dann werde Teil der Freien Projektgruppe!
Das OPEN OHR Festival sucht jedes Jahr kreative Köpfe, engagierte Visionär*innen und leidenschaftliche Kulturfreaks.
Unabhängig und basisdemokratisch erarbeitet die Freie Projektgruppe das gesamte inhaltliche Programm des OPEN OHR Festivals.
Als Mitglied hast Du die verantwortungsvolle Aufgabe und einmalige Chance, das OPEN OHR mit Politik, Kunst und Kultur zu füllen und gemeinsam im Team zu gestalten.
Bewirb Dich jetzt, wenn Du bereit bist, Dich mindestens ein Jahr für das OPEN OHR zu engagieren, Verantwortung zu übernehmen und Zeit und Herzblut zu investieren, für ein einzigartiges, diverses Jugendkulturfestival mit politischem Statement! Wir versprechen: Es wird herausfordernd, inspirierend, anstrengend, intensiv und einfach nur unvergleichlich!

**Schreibe uns bis zum 16. August 2023,
warum Du dabei sein willst:
buero@openohr.de**

Wir freuen uns auf Deine Nachricht!

Liebe Besucher*innen des OPEN OHR Festivals, auch beim 49. OPEN OHR Festival kommen wir ohne einige Spielregeln und technische Hinweise nicht aus.

Überfüllung von Veranstaltungsorten
Sollte einer der Veranstaltungsorte in seiner Kapazität ausgelastet sein, sind die Veranstalter*innen berechtigt, den Zugang zu verwehren.

Achtung: Gefahr

Die Zitadelle wird von einer alten Festungsmauer umgrenzt, die nach allen Seiten 8 bis 10 m steil abfällt. Insbesondere zu Nachtzeiten ist die Abgrenzung des Zitadellenwalls nicht an allen Punkten deutlich sichtbar. Beachtet die Abgrenzungen des Zitadellenwalls und die abgesperrten Bereiche! Die Veranstalter*innen übernehmen keine Haftung für eventuelle Verletzungen oder sonstige Schäden.

Barrierefreiheit

Das Festivalgelände ist eine alte Festungsanlage und es sind unebene Bodenverhältnisse (Wiese, Kopfsteinpflaster, unbefestigte Wege) und zum Teil steiles Gelände vorzufinden. Gerne könnt Ihr Euch für Unterstützung an die Mitarbeiter*innen des Festivalbüros wenden. Weitere Hinweise siehe S. 9.

Durchsagen

Um Störungen der Konzerte, Gesprächs- und Arbeitskreise zu verhindern, können Durchsagen grundsätzlich nicht gemacht werden. Deshalb der Hinweis: Bitte die Anschlagtafel im Festivalbüro benutzen.

Fahrausweis

Die mit dem RMV-KombiTicket und dem RNN-Logo bedruckten Bändchen (nur Dauerkar-

ten oder Zeltplatz-Bändchen) sind als Fahrkarte im gesamten RMV-Tarifgebiet 65 (Verkehrsverbund Mainz-Wiesbaden) sowie im RNN (Rhein-Nahverkehrsverbund) auf allen Verkehrsmitteln (Bus, Tram, RB, RE, S-Bahn außer IC, EC und ICE) gültig.

Festivalbüro

Das Festivalbüro ist täglich in der Zeit von 8.00 Uhr bis 2.00 Uhr besetzt. Unsere Mitarbeiter*innen stehen Euch bei allen Fragen und Problemen zur Verfügung. Stadtpläne und Informationen zu den Veranstaltungen hängen dort aus. Weiterhin gibt es im Festivalbüro Infos zu den Workshops.

Kassenöffnungszeiten (nicht an allen Kassen)

Freitag: 10.30 Uhr bis 2.00 Uhr
Samstag und Sonntag: 9.00 Uhr bis 24.00 Uhr
Montag: 9.00 Uhr bis 17.30 Uhr

Kinder- und Jugendschutz

Kultur genießen, miteinander feiern, Spaß haben und Freund*innen treffen sind besondere Anliegen des OPEN OHR Festivals. Was der Kinder- und Jugendschutz weitgehend ausschließen möchte, sind mögliche Gefährdungen, die junge Menschen beeinträchtigen können.

Im Rahmen des gesetzlichen Jugendschutzes gibt es folgende Regularien, die für die Dauer des Festivals auf dem Veranstaltungsgelände und auf den Zeltplätzen zu beachten sind:

• Alkohol

- Kein Genuss und keine Abgabe von Bier, Wein, Sekt sowie Biermischgetränken an unter 16-Jährige.
- Keine Spirituosen, z. B. Whisky, Rum, Wodka, Schnaps und sogenannte branntweinhaltige Mischgetränke, an unter 18-Jährige.

• Tabak

- Die Abgabe von Tabakwaren sowie deren Konsum ist an bzw. von Personen unter 18 Jahren nicht erlaubt.
 - Unter den Konsum von Tabakwaren fällt auch das Shisharauchen, das ebenfalls für Personen unter 18 Jahren verboten ist.
- Die Veranstalter*innen behalten sich vor, die Einhaltung des Jugendschutzgesetzes zu überprüfen und ggf. zu ahnden.

Das Zelten von Jugendlichen unter 18 Jahren

Minderjährige, die ohne Begleitung der Eltern oder einer*ines Personensorgeberechtigten während des Festivals zelten möchten, müssen eine Einverständniserklärung der Eltern, die eine Erziehungsbeauftragte Person bestimmen, vorlegen (weitere Informationen unter www.openohr.de).

Lärm

Übermäßiger Lärm stört Anwohner*innen, aber auch Festivalgäste, insbesondere während der Nachtruhe. Bitte helft mit, dass das OPEN OHR ein friedvolles und ruhiges Festival bleibt.

Lob- und Kritikrolle

Im Festivalbüro gibt es eine „Lob- und Kritikrolle“, auf der Ihr Lob, Kritik, Ärgernisse, Anregungen etc. aufschreiben könnt, falls Ihr niemanden von der Projektgruppe antrefft. Wir freuen uns auch über Konstruktives bei der Festivalreflexion am Montag um 14.00 Uhr auf dem Drususstein.

Müllpfand

Kampf den Müllbergen: An den Kassen zahlen Zeltplatz- und Wohnmobilstellplätze 2,- € zusätzlich und bekommen dafür einen Müllpfandchip und eine

Mülltüte. Die Mülltüte könnt Ihr ab Sonntag gefüllt zur Müllsammelstelle bringen und erhaltet für den Chip die 2,- € zurück.

Übrigens

Die Zitadelle ist kein sogenannter rechtsfreier Raum. Das bedeutet z. B.: Der Besitz, das Handeln oder Konsumieren sämtlicher BTM-Drogen ist nicht erlaubt. Die Polizei macht wird, muss das Gelände für die Dauer des gesamten Festivals verlassen und mit einer Anzeige rechnen.

Zelt- und Wohnmobilstellplätze

Das Zelten ist während des Festivals von Freitag, 26.05.2023, 11.00 Uhr bis Montag, 29.05.2023, 20.00 Uhr auf den ausgewiesenen Zelt- und Wohnmobilstellplätzen gestattet. Die Flächen zum Zelten und für die Wohnmobile liegen inmitten eines Mainzer Wohngebiets und sind Teil des Grüngürtels in der Mainzer Oberstadt. In unmittelbarer Nähe befinden sich außerdem zwei Krankenhäuser. Die Nutzung während des Festivals bedarf deshalb besonderer Regeln, die wir auf unserer Homepage bekannt gegeben haben und auf Handzetteln an die Zeltplatz- und Wohnmobilstellplätze weitergeben werden. Wir bitten um entsprechende Rücksichtnahme und danken für Euer Verständnis. Der Kinderhaus e. V. bietet auf dem Zeltplatzgelände einen kleinen Kiosk-Verkauf an. Öffnungszeiten des Verkaufs: Freitag 15.00 – 24.00 Uhr, Samstag 9.00 – 24.00 Uhr, Sonntag 9.00 – 24.00 Uhr, Montag 9.00 – 14.00 Uhr

Impressum

Herausgeber*innen
Freie Projektgruppe
49. OPEN OHR Festival
c/o Landeshauptstadt Mainz,
Amt für Jugend und Familie,
Abt. Kinder, Jugend und Familien
Marcus Hansen
Bonifazius-Turm B, 14. OG
Erthalstr. 1
55118 Mainz

Die Freie Projektgruppe

Laura Acksteiner, Marc Heger,
Lea Höltege, Isabel Holl, Michel Altherr, Julian Shirazi, Dominik Schmidt, Katharina Hauschildt, Yannik Weigelt

Festivalbüro

Martina Zendel
Fon 06131/122173, 122827,
122870
Fax 06131/122534
buero@openohr.de

OPEN OHR Festival im Internet

www.openohr.de

Redaktion

Laura Acksteiner, Marc Heger,
Lea Höltege, Isabel Holl, Michel Altherr, Julian Shirazi, Dominik Schmidt, Katharina Hauschildt, Yannik Weigelt

Grafisches Konzept und Design

Jutta Pötter
www.poetter.com

Titelgestaltung

André Nossek

Illustrationen

Kerstin Lichtblau
www.kerstin-lichtblau.de

Druck

Stadt Mainz, Hausdruckerei

URBAN ARROW®



Jetzt **Urban Arrow**
Probe fahren.



Christofsstraße 5 · 55116 · Mainz · Tel.: 0 6131 372444 · www.die-radgeber.de