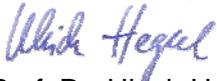


Liebe Interessenten, Mitglieder und Unterstützer der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und des Deutschen Bündnisses gegen Depression, liebe Bündnispartner,

wir freuen uns, Ihnen heute den ersten gemeinsamen Newsletter der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und des Deutschen Bündnisses gegen Depression zukommen zu lassen. Künftig erhalten Sie von uns ca. alle 2 Monate Neuigkeiten aus dem Umfeld unserer Arbeit und relevante Termine.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen und freuen uns über Ihre Anregungen!

Mit herzlichen Grüßen



Prof. Dr. Ulrich Hegerl



PD Dr. Christine Rummel-Kluge



Dipl.-Psych. Ines Heinz

## Inhalt

1. Neues vom Deutschen Bündnis gegen Depression und der Stiftung Deutsche Depressionshilfe
2. Neues aus den Regionen
3. Mood-Tour 2012 – unterwegs für mehr Akzeptanz Depressiver
4. Neues aus Wissenschaft und Forschung
5. Einkaufen und Gutes tun!
6. Beiträge für den nächsten Newsletter

## 1. Neues vom Deutschen Bündnis gegen Depression und der Stiftung Deutsche Depressionshilfe

### **Ausweitung des Deutschen Bündnisses gegen Depression**

Das Jahr 2012 ist für das Deutsche Bündnis gegen Depression e.V. bereits erfolgreich gestartet: Gleich drei neue regionale Bündnisse gegen Depression haben ihre Kampagne gestartet und das bundesweite Netzwerk weiter verdichtet. Wir begrüßen ganz herzlich die Bündnisse gegen Depression in Hildesheim und Peine (Auftaktveranstaltung am 14. März 2012), im Kreis Wesel und in der Westpfalz.

### **Erfolgreiche Lesertelefonaktion der Stiftung Deutsche Depressionshilfe: Seele in Not - Expertenrat zu „Wegen aus der Depression“**

Am 9. Februar 2012 gaben Experten der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Leipzig telefonisch Auskunft. Die Möglichkeit, sich unter einer kostenfreien Rufnummer zum Thema Depression zu informieren, wurde über 8 Tageszeitungen bundesweit und online angekündigt. Der Bedarf war groß! Ohne Pause beantworteten vier Fachärzte und eine Psychologin wichtige Fragen zum Erscheinungsbild und Behandlungsmöglichkeiten von

Depression und zum Umgang mit der Erkrankung, wobei gleichermaßen selbst Betroffene als auch Angehörige anrufen.

Zum Nachbericht

## **2. Deutscher Patientenkongress Depression**

Nach dem erfolgreichen „Auftakt“ mit über 1.000 Teilnehmern geht es in die zweite Runde: Der 2. Deutsche Patientenkongress Depression für Betroffene und Angehörige findet 2013 statt! Über Termin und Programm informieren wir Sie rechtzeitig.

## **Bundesfachkonferenz für Programmplanende an Volkshochschulen: „Seele gut – alles gut?“**

Am 24. Januar 2012 fand in Chemnitz die Bundesfachkonferenz für Programmplanende an Volkshochschulen in Chemnitz zum Thema „Psychische Gesundheit als Thema der Volkshochschulen“ statt. Das Deutsche Bündnis gegen Depression unterstützte die Veranstaltung mit einem Fachvortrag und einem Workshop. Hier wurden Möglichkeiten aufgezeigt, wie das Thema Depression in Veranstaltungen der Volkshochschule erfolgreich umgesetzt werden kann. Hierbei kann der Verein auf langjährige Erfahrungen zurückblicken: Regionale Bündnispartner in Leipzig, München, Paderborn, Emden, Reutlingen, Erlangen, Aachen und Flensburg führten bereits gemeinsam öffentliche Veranstaltungen mit Volkshochschulen durch. Wir freuen uns sehr über das große Interesse und die vielen Ideen, das Thema „seelische Gesundheit“ im Allgemeinen und Depression im Speziellen, in Angeboten der Volkshochschulen umzusetzen.

## **2. Neues aus den Regionen**

In dieser Rubrik möchten wir Sie auf interessante regionale Veranstaltungen und Angebote hinweisen. Einen umfassenden Überblick über alle Veranstaltungen der regionalen Bündnisse gegen Depression erhalten Sie auf der Homepage [www.buendnis-depression.de/depression/regionale-angebote.php](http://www.buendnis-depression.de/depression/regionale-angebote.php).

### **Benefizkonzert mit den Duisburger Philharmonikern**

Am Sonntag, den 20. Mai 2012 veranstaltet das Duisburger Bündnis gegen Depression ein Benefizkonzert in der Salvatorkirche in Duisburg unter dem Titel „Die kreative Kraft der Depression - Gesprächs-Konzerte mit den Duisburger Philharmonikern“.

Weiterlesen

### **Veranstaltungsreihe „Depression - Wir reden darüber“**

Die Veranstaltungsreihe „Depression - Wir reden darüber“ mit dem Essener Bündnis gegen Depression geht in die nächste Runde.

Weiterlesen

### **Sport gegen Depression**

Seit Februar 2012 gibt es in Duisburg ein neues sporttherapeutisches Angebot für Menschen mit Depressionen. Auch das Bremer Bündnis unterstützt einen Laufkurs, der am 19. März 2012 startet.

### 3. Mood-Tour 2012 – unterwegs für mehr Akzeptanz Depressiver

Zwischen Juni und September 2012 fährt die „Mood-Tour 2012“ unter der Schirmherrschaft der Deutschen DepressionsLiga und der Stiftung Deutsche Depressionshilfe 4.500 km durch ganz Deutschland. Die Tour wird auf drei Tandems durchgeführt. Im Team fahren dabei zwei aktuell an Depression erkrankte Menschen und vier weitere Personen mit. Ziel ist es, zur Entstigmatisierung des Themas Depression beizutragen. Der Selbstzweck der Tandem-Etappen ist es, in sieben Etappen à 10-14 Tage zwei depressiven Mitfahrern Sport und Bewegung in der Natur als kurz- und langfristige Hilfe im Umgang mit ihrer Depression nahe zu legen. Umrahmt werden die Etappen von Mitfahr- bzw. Infostand-Aktionen, bei denen auch die regionalen Bündnisse gegen Depression beteiligt sind. Mehr Informationen zur Tour und Kontaktmöglichkeit unter [mood-tour.de](http://mood-tour.de)

### 4. Neues aus Wissenschaft und Forschung

Weiterhin Suche nach Biomarkern zur Verbesserung der Diagnostik:  
Neun Biomarker sollen Diagnose „objektiver“ machen.

### 5. Einkaufen und Gutes tun – Unterstützen Sie uns!

An dieser Stelle möchten wir noch einmal auf die Möglichkeit hinweisen, **mit jeder Bestellung bei amazon.de dem Deutschen Bündnis gegen Depression e.V. automatisch zu spenden – ohne Mehrkosten für Sie.** Sobald Sie Ihre amazon-Bestellung über folgenden Link [www.buendnis-depression.de/amazon.htm](http://www.buendnis-depression.de/amazon.htm) tätigen, erhält das Bündnis 5% Ihres Einkaufs automatisch von amazon.de als Spende.

Am besten speichern Sie diesen Link als Lesezeichen für „amazon“ ab. Er leitet Sie automatisch auf die Homepage von amazon.de. **Sagen Sie´s weiter!**

### 6. Beiträge für den nächsten Newsletter

Wir nehmen immer gerne Beiträge aus den Regionen entgegen, die wir im nächsten Newsletter thematisieren können! Informieren Sie uns einfach über Ihre Aktivitäten - per E-Mail oder telefonisch.

Haben Sie Fragen, Anmerkungen, Wünsche, Kritik zum Newsletter? Wenden Sie sich bitte per E-Mail oder telefonisch an uns!

Wenn Sie keine weiteren Informationen der Stiftung Deutsche Depressionshilfe erhalten wollen, dann schicken Sie eine E-Mail mit dem Betreff „keinen Newsletter“ an [presse@deutsche-depressionshilfe.de](mailto:presse@deutsche-depressionshilfe.de).

---

IMPRESSUM:

Stiftung Deutsche Depressionshilfe  
Deutsches Bündnis gegen Depression. e.V.  
Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Leipzig AöR  
Simmelweisstraße 10  
04103 Leipzig

Tel. 0341-9724585

Fax.0341-9724589

E-Mail: [presse@deutsche-depressionshilfe.de](mailto:presse@deutsche-depressionshilfe.de)

[www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de)

[www.buendnis-depression.de](http://www.buendnis-depression.de)

Haftungshinweis:

Das Stiftung Deutsche Depressionshilfe und das Deutsches Bündnis gegen Depression. e.V. übernehmen keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.