



bündnis
gegen
DEPRESSION in der
Region Hannover

Depression kann
jeden treffen!

Depression hat
viele Gesichter!

Depression ist
behandelbar!

Veranstaltungen

Vorträge, Informationen, Kino, Workshops, Diskussion

2. Halbjahr 2020

Inhalt

Grußwort

Hauke Jagau, Präsident der Region Hannover, Schirmherr des Bündnisses gegen Depression in der Region Hannover _____ 4

Depression ... kann jeden treffen!

Uwe Blanke, Rita Hagemann,
Prof. Dr. Tillmann Krüger, Dr. Jana Svitek _____ 8

Unbedingt beachten:
Hinweis zu allen Veranstaltungen _____ 11

Programm

• **14.09.2020 - 10.10.2020**
Buchausstellung
Depression – die unterschätzte Krankheit _____ 12

• **15.09.2020**
Vortrag und Gespräch
Rechtliche Betreuung, vorsorgende Maßnahmen und Möglichkeiten der Rechtsvertretung _____ 13

• **22.09.2020**
Sportlich gemeinsam statt einsam
Nordic Walking _____ 14

• **23.09.2020**
Informationen und Gespräche
**Rundreise durchs Neustädter Land
„Depressionen gibt es überall“** _____ 15

• **24.09.2020**
Informationsabend mit Diskussion
**Am Anfang war Verwirrung –
Kinder psychisch belasteter Eltern** _____ 16

• **30.09.2020**

Poetry Slam

Ich und Depression?

Leben, Umgang und Erfahrungen mit Depression _____ 17

• **01.10.2020**

Information und Diskussion

Angehörige sind Erfahrene – ein Versuch der Ermutigung ____ 18

• **07.10.2020**

Fachtagung

GUTE ARBEIT IST DIE BESTE MEDIZIN

Arbeit, Führung und psychische Gesundheit _____ 19

• **07.10.2020**

Tag der offenen Tür

Männer – Die geschlechterspezifischen Tageskliniken _____ 20

• **07.10.2020**

Tag der offenen Tür

Frauen – Die geschlechterspezifischen Tageskliniken _____ 21

• **07.10.2020**

Kinofilm mit anschließendem Publikumsgespräch

Neben der Spur

Von der Depression aus der Bahn geworfen _____ 22

• **09.10.2020**

Segnungsgottesdienst

In dir bin ich geborgen

Für alle, die von psychischer Krankheit betroffen sind _____ 23

• **15.10.2020**

Fachtag

Großer Bruder, kleine Schwester – Sucht und Depression

Behandlungs- und Lösungsansätze _____ 24

• **20.10.2020**

Vortrag

Seelische Gesundheit in Krisenzeiten:

Auswirkungen der COVID-Pandemie _____ 25

• **28.10.2020**

Fachtag

Am liebsten wäre ich tot!

Lebenswelten und Lebenskrisen in der Jugend _____ 26

• **28.10.2020**

Vortrag

Patienten mit affektiven Störungen in der Hausarztpraxis __ 27

• **30.10.2020**

Fachtag

Deine Krankheit macht mich krank!

Angehörige gendersensibel begleiten und stärken _____ 28

• **03.11.2020**

Suizidprävention mit Schulklassen ab dem 9. Jahrgang

Zwischen Höhenflug und Absturz

Suizidale Krisen und Depressionen bei Jugendlichen _____ 29

• **04.11.2020**

Vortrag

Patienten mit affektiven Störungen in der Hausarztpraxis __ 30

• **04.11.2020**

Mobiles Kino Niedersachsen

Heidi Schneider steckt fest _____ 31

• **05.11.2020**

Suizidprävention mit Schulklassen ab dem 9. Jahrgang

Zwischen Höhenflug und Absturz

Suizidale Krisen und Depressionen bei Jugendlichen _____ 32

• **11.11.2020**

Vortrag und Diskussion

Depressionen bei jungen Erwachsenen –

Mal was anderes! _____ 33

• **11.11.2020**

Filmabend

Mary & Max – oder:

Schrumpfen Schafe, wenn es regnet? _____ 34

• **12.11.2020**

Fachtag – Vortrag – Workshops

Schwere Geburten und ihre Folgen –

von Geburtstrauma zur Depression _____ 35

• **12.11.2020**

Online-Seminar

Nachkriegskinder, Kriegsenkel und Depression –

die Folgen von Krieg und Nachkrieg in der Familiengeschichte __ 36

• **12.11.2020**

Interview

Seelische Gesundheit in Krisenzeiten:

Auswirkungen der COVID-Pandemie _____ 37

• **18.11.2020**

Vortrag – Interview – Gespräch

Seelische Gesundheit in Krisenzeiten:

Auswirkungen der COVID-Pandemie _____ 38

Verzeichnis der Veranstalterinnen und Veranstalter _____ 40

Danksagung _____ 42

Notizen _____ 43

Impressum _____ 44



Liebe Leserinnen und Leser,

jedes Jahr erkranken in Deutschland mehr als 5,3 Millionen Menschen an Depressionen. Depression ist eine Volkskrankheit und eine der Hauptursachen für Suizide. Circa 10.000 Menschen nehmen sich jedes Jahr das Leben - dreimal so viel wie Menschen bei Verkehrsunfällen sterben. Das sind erschreckende Zahlen. Und doch wird die Depression als Krankheit weiterhin unterschätzt, sind Betroffene zahlreichen Vorurteilen ausgesetzt. Noch immer existiert die irrige Vorstellung, depressive Menschen seien nur charakter schwach; sie müssten sich nur zusammenreißen. Dabei ist diese Annahme wissenschaftlich längst widerlegt. Ein Blick in die Statistik zeigt, dass die Zahl der Selbsttötungen in den vergangenen Jahrzehnten um die Hälfte zurückgegangen ist, und dass Depressionen, wenn sie als Krankheit anerkannt werden, sich verhältnismäßig gut und erfolgreich behandeln lassen. Umso wichtiger es ist, die Depression durch Aufklärungsarbeit endlich aus ihrem Schattendasein zu befreien.

Seit mehr als zehn Jahren informiert das Bündnis gegen Depression über die Krankheit. Seine Mitglieder klären



Angehörige auf und unterstützen sie, begleiten Betroffene, zeigen Wege aus der Depression oder einen leichteren Umgang mit der Krankheit auf. Das ist eine wertvolle Arbeit und ohne den Einsatz vieler engagierter Menschen nicht leistbar. Als Schirmherr des Bündnisses danke ich allen beteiligten Partnerinnen und Partnern sowie ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern für ihr unermüdliches Engagement. Sie arbeiten mit Herzblut daran, dass die Depression als ernstzunehmende Krankheit akzeptiert wird und helfen den Betroffenen heraus aus dem „schwarzen Loch“, das die Depression für viele Menschen darstellt. Sie zeigen ihnen zudem, dass sie mit der Krankheit nicht alleine sind. Für diese Aufgabe wünsche ich weiterhin viel Erfolg.

Ihr



Hauke Jagau
Regionspräsident

Depression ... kann jeden treffen!
Depression ... hat viele Gesichter!
Depression ... ist behandelbar!

Die drei Aussagen sind einfach und richtig. Depressionen können jeden treffen und sie können sehr unterschiedliche Ausprägungen haben. Depressionen sind keine Folge persönlicher Schwäche oder von Unvermögen. Depressionen sind Erkrankungen die behandelt werden können und müssen. Es gibt einen großen Unterschied zwischen dem Gefühl einer seelischen oder psychischen Belastung und einer diagnostizierten psychischen Erkrankung. Keine Erkrankung lässt sich dadurch wirkungsvoll behandeln, dass Menschen „sich nicht so anstellen“ oder „mal zusammenreißen“. Dies ist besonders wichtig, da Depressionen sehr schwere Verläufe entwickeln können, in denen Menschen in ihrer großen Verzweiflung die Vorstellung entwickeln können, dass eine Selbsttötung der einzige Ausweg für sie ist.

Nur wenn Depressionen als eigenständige und ersthafte Erkrankungen verstanden werden, können sie auch konsequent und erfolgreich behandelt werden. Vorurteile, Missverständnisse und irrationale Ängste stehen dem oft im Weg. Von der Häufigkeit her zählen Depressionen mittlerweile zu den „Volkskrankheiten“, d.h. sehr viele Menschen haben Erfahrungen mit diesem Thema.

Das Deutschland-Barometer Depression

Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe und die Deutsche Bahnstiftung führen seit 2017 repräsentative Befragungen zu Einstellungen und Wissen in Bezug auf Depressionen in der deutschen Bevölkerung durch. Befragt werden jährlich 2.000 Personen zwischen 18 und 69 Jahren, die in Privathaushalten leben. Außerdem gibt es ergänzende Online-Umfragen unter Depressionsbetroffenen. Die Ergebnisse werden regelmäßig unter dem Titel „Deutschland-Barometer Depression“ veröffentlicht.

Persönliche Erfahrungen

Die Mehrheit der Deutschen ist im Laufe des Lebens von Depressionen betroffen – entweder direkt auf Grund einer eigenen Erkrankung oder indirekt, z.B. als Angehörige.

- Fast ein Viertel (23 Prozent) gab an, schon einmal die Diagnose Depression erhalten zu haben.
- Mehr als ein Drittel (37 Prozent) berichtete von bei Angehörigen oder Freunden gestellten Diagnose einer Depression.
- Etwa ein weiteres Drittel (37 Prozent) der Befragten hatte noch keinen direkten Kontakt mit der Krankheit.

Wissen hilft

Insgesamt hat sich der Wissensstand in den letzten Jahrzehnten deutlich verbessert. Der wichtigste Gradmesser ist der Rückgang der Suizide um 50% in den letzten 30 Jahren in Deutschland. Zur Prävention von Suiziden scheinen u.a. Enttabuisierung, Präventionsprogramme, niederschwellige psychiatrische Behandlung und angemessene Medienberichterstattung beizutragen.

Dennoch gibt es in der Bevölkerung aber auch noch weitverbreitete Fehlannahmen bezüglich der Ursachen und der Behandlungsmöglichkeiten von Depressionen. So wird die Krankheit sehr häufig als eine psychische Reaktion auf widrige Lebensumstände angesehen, oder als ein Zeichen fehlender Willensstärke. Es muss daher immer wieder deutlich gemacht werden, dass es sich um eine Erkrankung handelt, für die es ambulant und stationär sehr gute Behandlungsmöglichkeiten gibt. Psychotherapeutische Verfahren, soziale Unterstützungsstrategien, die Möglichkeiten zur medikamentösen Behandlungen und Selbsthilfegruppen können einzeln oder in Kombination sehr gezielt und wirkungsvoll genutzt werden.

Wissen hilft ...

Vor allem in diesem Jahr, das so besonders durch die COVID-Pandemie geprägt ist, wollen wir zu diesen wichtigen Themen mit Ihnen im Kontakt bleiben und sind zuversichtlich, dass jede der geplanten Veranstaltungen in irgendeiner Form stattfinden kann.

Wir freuen uns, wenn Sie die Gelegenheit ergreifen sich im Rahmen der Veranstaltungen zu informieren und mit Fachkräften, Betroffenen und Angehörigen ins Gespräch kommen! Wir freuen uns, wenn Sie Ihr Wissen und ihre Erfahrungen offensiv weitergeben!



Von links nach rechts: Rita Hagemann, KIBIS • Uwe Blanke, Region Hannover • Dr. med. Jana Svitek, Medizinische Hochschule Hannover • Prof. Dr. med. Tillmann Krüger, Medizinische Hochschule Hannover

Unbedingt beachten:

Hinweis zu allen Terminen

Bei der Drucklegung dieser Broschüre ist nicht absehbar, ob und wie die Veranstaltungen im 2. Halbjahr tatsächlich stattfinden können.

Die ersten Lockerungen im Rahmen der Corona-Pandemie werden gerade umgesetzt und die weitere Entwicklung ist nicht sicher vorhersehbar.

Aktuelle Informationen zu den Veranstaltungen finden Sie unter:

www.hannover.de/bgh-rh

Montag, 14.09.2020 - | Uhr 11:00 - 19:00
Samstag, 10.10.2020

Buchausstellung

„Depression – die unterschätzte Krankheit“

Depression geht jeden etwas an, denn sie kann jeden treffen und hat viele Gesichter. Jeder fünfte Bundesbürger/-in erkrankt einmal im Leben an einer Depression (Quelle: Deutsche Depressionshilfe).

Auch Kinder und Jugendliche sind betroffen.

Informieren Sie sich schnell und unkompliziert.

Die Zentralbibliothek hat eine große Auswahl an Literatur für Betroffene, Angehörige und Interessierte zusammengestellt. Dabei geht es um

- Erfahrungsberichte
- gut verständliche Fachliteratur
- Hilfe zur Selbsthilfe
- und Romane

Diese Bücher können Ihnen den Einstieg in das Thema erleichtern und/ oder liefern Ihnen fundiertes Wissen rund um die häufige und teils sehr schwere Erkrankung.

Ort:

Stadtbibliothek Hannover
Hildesheimer Straße 12
30169 Hannover

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

Ohne Anmeldung

Veranstalter/in:

Stadtbibliothek Hannover

Dienstag, 15.09.2020 | 17:00 - 19:00 Uhr

Vortrag und Gespräch

Rechtliche Betreuung, vorsorgende Maßnahmen und Möglichkeiten der Rechtsvertretung bei Depressionen

Jeder Mensch kann durch einen Unfall, durch Krankheiten, Schicksalsschläge oder eine Depression physisch oder psychisch kurz- oder langfristig nicht mehr dazu in der Lage sein, wichtige persönliche rechtliche und behördliche Angelegenheiten ganz oder teilweise zu erledigen. Tritt ein solcher Fall ein, braucht diese Person jemanden, der sie in ihren rechtlichen Ansprüchen vertritt.

Es kann zu Situationen kommen, in denen Betroffene Entscheidungen treffen müssten, die sie aufgrund ihrer Erkrankung aber nicht treffen können. Damit Angehörige oder nahestehende Personen diese Entscheidungen stellvertretend treffen können, müssen sie hierzu durch eine zuvor erteilte Vorsorgevollmacht oder eine gerichtlich angeordnete Betreuung legitimiert sein.

Das betreuungsrechtliche Verfahren und vorsorgende Maßnahmen werden vorgestellt und besprochen. Zudem können konkrete Fragen gestellt werden.

Ort:

ItB e. V (Betreuungsverein)
Freundallee 25
30173 Hannover

Zeit:

17:00 - 19:00 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

stefan.matschke@itb-ev.de
Tel.: 0511/ 590 920 42

Veranstalter/in:

Arbeitskreis der Betreuungsvereine in der Region Hannover

Dienstag, 22.09.2020 | 10:00 - 11:30 Uhr

Sportlich gemeinsam statt einsam

Nordic Walking

Eine Depression wirkt sich nicht nur auf die Stimmung, sondern häufig auch auf das körperliche Wohlbefinden aus. Antriebslosigkeit, eine erhöhte Ermüdbarkeit oder auch Kopfschmerzen sind nur einige von vielen körperlichen Symptomen. Sport wirkt dem nachweislich entgegen und kann eine Therapie förderlich unterstützen.

Nordic Walking ist eine leicht zu erlernende Ausdauersportart für Jedermann. Gemeinsam wollen wir in Schwung kommen und aktiv werden. Nicht die perfekte Technik, sondern der Spaß soll bei einer kleinen Runde auch für Menschen ohne sportliche Vorerfahrungen im Vordergrund stehen.

Ort:

Start und Ende an der Sozialpsychiatrischen Beratungsstelle
Plauener Straße 12a

Zeit:

10:00 - 11:30 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

BS Plauener Straße: Tel.: 0511/ 616-48405
Um sportliche Kleidung wird gebeten

Veranstalter/in:

Region Hannover
Sozialpsychiatrischer Dienst
Beratungsstelle Plauener Straße.

Mittwoch, 23.09.2020 | 09:00 - 16:15 Uhr

Informationen und Gespräche im Neustädter Land
Depressionen gibt es überall

Der Sozialpsychiatrische Dienst der Region Hannover ist Ansprechpartner für Menschen mit psychischen Erkrankungen, deren Angehörige oder Personen aus ihrem Umfeld. Der Zuständigkeitsbereich der Beratungsstelle in Neustadt a. Rbge. erstreckt sich auf die Orte Neustadt, Garbsen und Wunstorf und deren dörfliche Mitgliedsgemeinden.

Aufgrund der ländlichen Lage führt die Sozialpsychiatrische Beratungsstelle Neustadt im Rahmen der Veranstaltungsreihe des „Bündnis gegen Depression“ eine Informationstour in Garbsen, Neustadt und Umgebung durch – mit dem Ziel, interessierte Bürgerinnen und Bürger im persönlichen Kontakt unverbindlich über das Krankheitsbild der Depression und die Hilfsangebote des Sozialpsychiatrischen Dienstes zu informieren.

Ort und Zeit:

(Parkplatz der angegebenen Orte)

Zeit:

- 09:00 Uhr in Garbsen: Real Supermarkt
- 10:15 Uhr in Osterwald: Aldi Nord
- 11:30 Uhr in Bordenau: NP Discount Markt
- 09:00 Uhr in Garbsen: Real Supermarkt
- 12:45 Uhr in Neustadt: Famila Markt
- 14:00 Uhr in Mandesloh: Combi Verbrauchermarkt
- 15:15 Uhr in Helstorf: Aldi Nord

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

Keine Anmeldung

Veranstalter/in:

Region Hannover
Sozialpsychiatrischer Dienst
Beratungsstelle Neustadt

Donnerstag, 24.09.2020 | 18:00 - 20:30 Uhr

Informationsabend mit Diskussion

**Am Anfang war Verwirrung –
Kinder psychisch belasteter Eltern**

Das Thema „Kinder psychisch kranker Eltern“ gewinnt immer mehr an Bedeutung. Betroffene und Institutionen nehmen sich des Themas zunehmend an.

In einem Filmbeitrag kommen Jugendliche zu Wort, die in ihren Worten das Aufwachsen mit einem psychisch beeinträchtigten Elternteil schildern. Die Elternperspektive bleibt dabei nicht unberücksichtigt.

Der Abend wird gestaltet von der Sozialpsychiatrische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche u. d. Familien in Zusammenarbeit mit KollegInnen des Erwachsenenendienstes und weiteren ExpertInnen.

Im Anschluss sind Sie herzlich zu einem Austausch eingeladen. Ein Büchertisch mit ausgewählter Literatur zum Thema steht zur Ansicht zur Verfügung.

Ort:

Sozialpsychiatrische Beratungsstelle
Podbielskistraße 158, 30177 Hannover

Zeit:

17:00 - 21:00 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

Erbeten unter Tel.: 0511/ 616-26535

Veranstalter/in:

Region Hannover
Sozialpsychiatrische Beratungsstelle für Kinder,
Jugendliche und deren Familien
und Sozialpsychiatrische Beratungsstelle List

Mittwoch, 30.09.2020 | 19:30 - 22:00 Uhr

Poetry Slam

Ich und Depression?

„Leben, Umgang und Erfahrungen mit Depression“

Beim Poetry Slam „Ich und Depression?“ geben vier Poet*innen aus dem deutschsprachigen Slam-Raum einen gleichsam tief bewegenden, wie auch nachhaltig-humorvollen Einblick in ihre ganz persönlichen Erfahrungen, Umgänge und Berührungspunkte mit der Depression.

Durch den Abend führt der Journalist und Moderator Jan Sedelies („Macht Worte!“ – der hannoversche Poetry Slam, Büro für Popkultur, HAZ).

Ort:

Haus der Region Hannover
Hildesheimer Straße 18
30169 Hannover

Zeit:

Einlass: 19:00 Uhr
Beginn: 19:30 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt
gefördert durch die AOK Niedersachsen

Anmeldung:

Nicht erforderlich

Veranstalter/in:

KIBIS – Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle
im Selbsthilfebereich
in Kooperation mit:
„Macht Worte!“ der hannoversche Poetry Slam und dem
Sozialpsychiatrischen Verbund der Region Hannover

Donnerstag, 01.10.2020 | 18:00 Uhr

Information und Diskussion

**Angehörige sind Erfahrene –
ein Versuch der Ermutigung**

Fritz Bremer, Groß Vollstedt

Die Angehörigen seelisch erkrankter Menschen bilden das größte, zuverlässigste, aber auch fragilste Hilfesystem. Ohne ihre Arbeit wäre das Profi-Hilfesystem aufgeschmissen. Welche Rolle ist den Angehörigen heute im Hilfesystem zugewiesen? Werden ihre besonderen Erfahrungen wirklich gesehen und konstruktiv einbezogen? Wie können Angehörige aus der Opferrolle heraustreten und zu einem eigenen neuen Selbstbewusstsein finden? Was können sie tun, um ihre Gesundheit zu schützen?

Ort:

Freizeitheim Vahrenwald
Vahrenwalder Straße 92
30165 Hannover

Zeit:

18:00 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

Erforderlich – KRH-Psychiatrie Wunstorf
Sekretariat Ärztliche Direktion Tel.: 05031/ 931201

Veranstalter/in:

KRH-Psychiatrie Langenhagen und
KRH-Psychiatrie Wunstorf
in Kooperation mit dem
Freizeitheim Vahrenwald

Mittwoch, 07.10.2020 | 09:00 - 16:00 Uhr

Fachtagung

GUTE ARBEIT IST DIE BESTE MEDIZIN

Arbeit, Führung und psychische Gesundheit

Der Wandel in der Arbeitswelt fordert nicht nur neue technische und fachliche Kompetenzen. Virtuelle Arbeitsplätze, Telearbeit und Homeoffice sind nur einige Stichworte, die darauf hinweisen, dass die Berufstätigkeit der Zukunft auch neue Anforderungen an die emotionale und die psychische Belastungsfähigkeit stellt. Daraus ergeben sich auch neue Anforderungen an die Führungskräfte in den Unternehmen.

Vorträge am Vormittag informieren über den aktuellen Kenntnisstand zu Depressionen und ihrer Behandlung, Möglichkeiten der beruflichen Rehabilitation und der Rolle von Führungskräften in Bezug auf die psychische Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Am Nachmittag werden vertiefende Workshops angeboten.

Ort:

Haus der Region

Hildesheimer Straße 20 | Raum N001

30169 Hannover

Zeit:

09:00 - 16:00 Uhr

Eintritt/Kosten:

80,00 €

Anmeldung:

Bildungsvereinigung Arbeit und Leben

Inga.Geletneky@aul-nds.de | Kurs-Nr.: 186445

Veranstalter/in:

Bündnis gegen Depression, Region Hannover,

Verband Deutscher Werks- und Betriebsärzte e.V.,

Bildungsvereinigung Arbeit und Leben,

Kooperationsstelle Hochschulen und Gewerkschaften

Mittwoch, 07.10.2020 | 13:00-16:00 Uhr

Tag der offenen Tür

Frauen und Männer – Männer und Frauen

Die geschlechterspezifischen Tageskliniken

Psychische Störungen bei **Männern** werden unterschätzt, unterdiagnostiziert und unterbehandelt. Die Gründe dafür sind vielfältig, dazu gehören ein männertypisches mangelndes Hilfesuchverhalten, die Angst vor Stigmatisierung und gesellschaftliche Rollenerwartungen und Männlichkeitsidole.

Auf Behandlerseite werden geschlechtstypische Symptomprofile oft nicht gesehen. Psychische Störungen führen häufig zu Fehldiagnosen in Richtung somatischer Diagnosen. Die Tagesklinik für Männer bietet ein männerspezifisches Gesundheits- und Behandlungsangebot bei psychischen Störungen. Zusammen mit unserer Geschwistereinrichtung, der Tagesklinik für Frauen, wollen wir uns interessierten Betroffenen und auch möglichen Zuweisern vorstellen

Ort:

Tagesklinik Männer
Hindenburgstraße 1
31319 Sehnde/Ilten

Zeit:

13:00 - 16:00 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

Sekretariat Psychosomatik | Frau Wesselmäcking
Tel.: 05132/ 903838 | k.wesselmack@wahrendorff.de

Um Anmeldung wird bis zum 30.09.2020 gebeten.

Veranstalter/in:

Klinikum Wahrendorff GmbH

Mittwoch, 07.10.2020 | 14:30 - 17:30 Uhr

Tag der offenen Tür

Frauen und Männer – Männer und Frauen

Die geschlechterspezifischen Tageskliniken

Bei **Frauen** haben in Deutschland nach den Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems die psychischen Erkrankungen (v.a. Depressive Störungen) die größte Bedeutung bei den AU-Tagen mit einem Anteil von ca. 20%. In allen Altersgruppen weisen Frauen mehr AU-Tage als Männer auf. Oftmals werden die psychischen Erkrankungen bei Frauen nicht als solche erkannt, sondern es kommt zu körperlichen Fehldiagnosen, welche zu nicht indizierten somatischen Fehlbearbeitungen führen. Das Leid der betroffenen Frauen kann aber nur durch die gezielte Behandlung der psychischen Erkrankung gelindert werden. Das Behandlungssetting der Tagesklinik für Frauen hält verschiedene geschlechtsspezifische Therapieangebote bereit, z.B. die Lösungsorientierte Frauengruppe. Zusammen mit unserer Geschwistereinrichtung, der Tagesklinik für Männer, wollen wir uns Betroffenen, potenziellen Zuweiserinnen bzw. Zuweisern und gerne auch anderen Interessierten vorstellen.

Ort:

Tagesklinik für Frauen
Rudolf-Wahrendorff-Straße 14
31319 Sehnde/Ilten

Zeit:

14:30-17:30 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

Sekretariat Psychosomatik | Frau Wesselmäcking
Tel.: 05132/ 903838 | k.wesselmack@wahrendorff.de

Um Anmeldung wird bis zum 30.09.2020 gebeten.

Veranstalter/in:

Klinikum Wahrendorff GmbH

Mittwoch, 07.10.2020 | 18:00 - 20:00 Uhr

Film mit anschließendem Publikumsgespräch

Neben der Spur

Von der Depression aus der Bahn geworfen

Es könnten die besten Jahre sein, doch die Depressionen haben Hanna, Kati, Martin, Popey und Sascha aus der Bahn geworfen. Sie werden mit grundlegenden Fragen des Lebens konfrontiert und stellen sich den Herausforderungen. Sie geben Einblicke, wie sie ihre individuellen Wege aus der Depression finden. Welche Strategien wirken, um die Depressionen zu überwinden oder zumindest besser damit zu leben?

Der Film von Andrea Rothenburg gibt realistische, berührende Einblicke in das Leben der Protagonisten, die den Zuschauern Mut machen und Vorurteile ausräumen.

Im Anschluss an den Film stehen Dr. Thorsten Sueße (Leiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes) und Annette Weddy von der Deutschen DepressionsLiga e.V. (Betroffene) zum Publikumsgespräch zur Verfügung.

Ort:

Kino am Raschplatz
Raschplatz 5
30161 Hannover

Zeit:

18:00 - 20:00 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt – gefördert durch die Deutsche DepressionsLiga e.V.

Anmeldung:

Nicht erforderlich

Veranstalter/in:

Region Hannover
Sozialpsychiatrischer Dienst und Deutsche DepressionsLiga e.V. In Kooperation mit dem Kino am Raschplatz

Freitag, 09.10.2020 | 19:30 - 20:30 Uhr

Segnungsgottesdienst

In dir bin ich geborgen.

Für alle, die von psychischer Erkrankung betroffen sind

Glauben kann helfen in schweren Situationen – nicht, weil er vor Erkrankung bewahrt, sondern weil er Menschen Hoffnung, Stabilität und Zuversicht gibt. Sie gehen nicht allein durchs Leben, sondern sind begleitet von Gott in allen Phasen Ihres Weges.

Wir laden Sie herzlich ein zu einem ökumenischen Gottesdienst für Menschen, die selbst, als Angehörige oder Freunde von seelischer Erkrankung betroffen sind.

Es besteht Gelegenheit, sich einen persönlichen Segen zusprechen zu lassen.

Ort:

[ka:punkt]

Gruppenstraße 8

30159 Hannover

Zeit:

19:30 - 20:30 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

Nicht erforderlich

Veranstalter/in:

[ka:punkt] Hannover und

Marktkirchengemeinde Hannover

Donnerstag, 15.10.2020 | 10:00 - 16:00 Uhr

Fachtag

Großer Bruder, kleine Schwester – Sucht und Depression

Behandlungs- und Lösungsansätze

Häufig begegnen uns depressive Krankheitsbilder im Zusammenspiel mit Suchtmittelkonsum.

Patienten sowie Behandler beschäftigen sich oft intensiv mit der Fragestellung der Grunderkrankung. Entsteht die Depression aufgrund des massiven Suchtmittelkonsums oder dient der Suchtmittelkonsum der Selbstmedikation?

Einzelne Behandlung lässt sich oft keine nachhaltige Verbesserung der Symptomatik erreichen. Wir wollen Ansätze von kombinierten Behandlungen skizzieren.

Vorträge am Vormittag informieren über die Zusammenhänge zwischen Depressiven Krankheitsbildern und Abhängigkeits-erkrankungen. Am Nachmittag werden vertiefende Workshops angeboten.

Ort:

STEP – Tagesklinik

Walter-Giesecking-Straße 5, 30159 Hannover

Zeit:

10:00 bis 16:00 Uhr

Eintritt/Kosten:

Kostenfreies Angebot für max. 20 Teilnehmer*innen

Anmeldung:

STEP – Tagesklinik

tagesklinik@step-niedersachsen.de

Veranstalter/in:

STEP – Tagesklinik

Mittwoch, 20.10.2020 | 10:00 - 16:30 Uhr

Vortrag

Seelische Gesundheit in Krisenzeiten:

Auswirkungen der COVID-Pandemie

Angst, Schlaflosigkeit, Depression und Konflikte innerhalb der Familien: Seit dem Auftreten der Corona-Pandemie in China gab es bereits erste Hinweise zu den psychosozialen Auswirkungen der Pandemie. Das zeigt sich auch in einer der ersten und größten Umfragen zur psychosozialen Gesundheit während der COVID-Pandemie des Zentrums für Seelische Gesundheit der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH). Es finden sich Belege für eine deutliche mentale Belastung mit einem Anstieg von Stress, Angst, depressiven Symptomen, Schlafproblemen, Reizbarkeit und Aggression. Sorge bereitet insbesondere, dass 5 Prozent der Teilnehmenden angaben, häusliche Gewalt während des Lockdowns erfahren zu haben.

Im Vortrag referieren Dr. Jana Svitek und Prof. Tillmann Krüger Erkenntnisse aus früheren Pandemien, gehen auf aktuelle Umfrageergebnisse ein und skizzieren Möglichkeiten zur Förderung psychischer Gesundheit.

Ort:

Ausstrahlung auf der Internetseite

www.patienten-universitaet.de

Filmreihe

„Die Patientenuniversität fragt nach“

(auch auf youtube und facebook – Kanal Patientenuniversität MHH abspielbar)

Zeit:

Vortrag 20.10.2020 – 18:00 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Veranstalter/in:

Patientenuniversität

Medizinische Hochschule Hannover

Mittwoch, 28.10.2020 | 10:00 - 16:30 Uhr

Fachtag

Am liebsten wär ich tot!

Lebenswelten und Lebenskrisen der Jugend

Himmelhochjauchzend, zu Tode betrübt – alle, die die Pubertät überwunden haben, werden sich an den inneren Kampf erinnern. Alles ganz normal. Oder?

Welcher Faktor bedingt, dass sich ein Stimmungstief in eine Depression ausweitet?

„Nicht-perfekt-sein-können“ in einer - auch digitalen - Welt des „Perfekt-sein-müssens“, Selbstoptimierung vs. Selbstzweifel, „Sich-selbst-nicht-leiden-können“ vs. „Sich-selbst-als-super-darstellen-müssen“.

Wir kommen mit Kolleg*innen der Sucht- und Jugendarbeit, sowie Referent*innen in einen kollegialen Austausch zu den verschiedenen Lebenswelten und -krisen, um präventive Handlungsansätze zu entwickeln.

Ort:

Drobs Hannover | STEP gGmbH
Calenberger Esplanade 6
30169 Hannover

Zeit:

10:00 - 16:30 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

inga.weber@step-niedersachsen.de

Veranstalter/in:

Die STEP gGmbH
Paritätische Gesellschaft für Sozialtherapie und Pädagogik

Mittwoch, 28.10.2020 | 16:30 - 18:00 Uhr

Fachvortrag

**Patienten mit affektiven Störungen
in der Hausarztpraxis**

Der Anteil an Patienten in den Hausarztpraxen, welche unter psychischen Störungen leiden, steigt stetig. Affektive Störungen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Nicht selten entwickelt sich ein chronischer Verlauf. Um eine geeignete Therapie zeitig einzuleiten, spielt die Früherkennung der Symptome eine bedeutsame Rolle.

In einem an die aktuellen Leitlinien angelehnten Vortrag wollen wir Ihnen eine praktische Übersicht zu diesem Thema anbieten.

Ort:

Tagesklinik Welfenplatz
Lützerodestraße 12
30161 Hannover

Zeit:

16:30 - 18:00 Uhr (Vortrag und Diskussion)

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

Sekretariat Psychosomatik | Frau Wesselmäcking
Tel.: 05132/ 903838 | k.wesselmack@wahrendorff.de

Um Anmeldung wird bis zum 21.10.2020 gebeten.
Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt.

Veranstalter/in:

Klinikum Wahrendorff GmbH

Freitag, 30.10.2020 | 09:00 - 16:30 Uhr

Fachtag | Deine Krankheit macht mich krank!

Angehörige von depressiv Erkrankten gendersensibel begleiten und stärken

Nicht nur an einer Depression erkrankte Menschen sind von dieser schweren Krankheit betroffen: Vor allem bei längeren Verläufen benötigen oft auch ihre Kinder oder Eltern, Partner*innen, Freund*innen oder Kolleg*innen Unterstützung im Umgang mit dem „schwarzen Hund“, wie Matthew Johnstone seine Depression nannte.

Was kann eine Depression bei Angehörigen bewirken? Werden ihre Sorgen, Ängste und Belastungen bis hin zu völliger Überforderung im medizinisch-therapeutischen Versorgungssystem überhaupt gesehen? Und wie sehen ihre Bedarfe aus?

Diesen Fragen wollen wir in der Veranstaltung auch unter Geschlechteraspekten nachgehen.

Ort:

Haus der Region
Hildesheimer Straße 18 – Erdgeschoss
30169 Hannover

Zeit:

09:00 bis 16:30 Uhr

Eintritt/Kosten:

50,00 € bei Teilnahme vor Ort
30,00 € bei Online-Teilnahme

Anmeldung:

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizing Nds. e.V. | info@gesundheits-nds.de
„Anmeldung Tagung 30.10.2020“

Veranstalter/in:

AG Gender und Depression des Bündnisses gegen Depression in der Region Hannover

Dienstag, 03.11.2020|

10:00 - 11:30 Uhr
12:00 - 13:30 Uhr

Suizidprävention mit Schulklassen ab dem 9.Jahrgang
Zwischen Höhenflug und Absturz

Suizidale Krisen und Depressionen bei Jugendlichen:

Die Improvisations-Theatergruppe **Improkokken** wird mittels szenischer Darstellung lebendig, berührend, nachdenklich und positiv motivierend an das Thema heranzuführen. Dabei soll das Lebensgefühl Jugendlicher mit seinen Höhen und Tiefen, seinen krisenauslösenden Konflikten und Identitätsbemühungen im Mittelpunkt stehen, als auch Impulse für die Krisenbewältigung gegeben werden.

Die Schüler*innen können aktiv mitwirken, indem sie mit eigenen Ideen die gespielten Szenen verändern. Im Anschluss an das Theaterstück werden wir, von der AG Suizidprävention, mit den Jugendlichen in Austausch gehen. Dabei ist uns der Blick auf die Stärken und Ressourcen die zur Krisenbewältigung nötig sind und die Information über Hilfsangebote für junge Menschen in Krisen von besonderer Bedeutung.

Ort:

Winnicott-Institut
Geibelstraße 104
30173 Hannover

Zeit:

10.00 bis 11.30 Uhr und 12.00 bis 13.30 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt | gefördert durch das Bündnis gegen Depression in der Region Hannover

Anmeldung:

Ev. Beratungszentrum: Tel.: 0511/ 62 50 28

Veranstalter/in:

AG Suizidprävention für Kinder, Jugendliche und junge Menschen in Hannover

Mittwoch, 04.11.2020 | 16:30 - 18:00 Uhr

Fachvortrag

**Patienten mit affektiven Störungen
in der Hausarztpraxis**

Der Anteil an Patienten in den Hausarztpraxen, welche unter psychischen Störungen leiden, steigt stetig. Affektive Störungen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Nicht selten entwickelt sich ein chronischer Verlauf. Um eine geeignete Therapie zeitig einzuleiten, spielt die Früherkennung der Symptome eine bedeutsame Rolle.

In einem an die aktuellen Leitlinien angelehnten Vortrag wollen wir Ihnen eine praktische Übersicht zu diesem Thema anbieten.

Ort:

Tagesklinik Welfenplatz
Lützerodestraße 12
30161 Hannover

Zeit:

16:30 - 18:00 Uhr (Vortrag und Diskussion)

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

Sekretariat Psychosomatik | Frau Wesselmäcking
Tel.: 05132/ 903838
k.wesselmaecking@wahrendorff.de

Um Anmeldung wird bis zum 21.10.2020 gebeten.
Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt.

Veranstalter/in:

Klinikum Wahrendorff GmbH

Mittwoch, 04.11.2020 | 17:00 Uhr

Mobiles Kino Niedersachsen
Heidi Schneider steckt fest

Tragikomödie über eine Mutter, deren Depression sie selbst und ihre Familie vor große Herausforderungen stellt.

Hedi, Uli und ihr Sohn Finn haben sich ihr Leben gut eingerichtet – sie nehmen den Alltag so, wie er kommt. Doch plötzlich steckt Hedi fest. Erstmal nur im Aufzug, aber dann auch im Kopf.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit zu persönlichen Gesprächen mit Angehörigen, Betroffenen und therapeutischem Personal des Klinikums.

Ort:

KRH-Psychiatrie Wunstorf
Sozialzentrum – Saal
Eingang Hindenburgstraße
31519 Wunstorf

Zeit:

17.00 Uhr

Eintritt/Kosten:

Spenden erbeten

Anmeldung:

Julia Kallinich, Kim Vossebein oder
Jörg Werfelmann Tel.: 05031/ 930

Veranstalter/in:

KRH-Psychiatrie Wunstorf

Donnerstag, 05.11.2020 |

10:00 - 11:30 Uhr

12:00 - 12:30 Uhr

Suizidprävention mit Schulklassen ab dem 9.Jahrgang

Zwischen Höhenflug und Absturz

Suizidale Krisen und Depressionen bei Jugendlichen:

Die Improvisations-Theatergruppe Improkokken wird mittels szenischer Darstellung lebendig, berührend, nachdenklich und positiv motivierend an das Thema heranzuführen. Dabei soll das Lebensgefühl Jugendlicher mit seinen Höhen und Tiefen, seinen krisenauslösenden Konflikten und Identitätsbemühungen im Mittelpunkt stehen, als auch Impulse für die Krisenbewältigung gegeben werden.

Die Schüler*innen können aktiv mitwirken, indem sie mit eigenen Ideen die gespielten Szenen verändern. Im Anschluss an das Theaterstück werden wir, von der AG Suizidprävention, mit den Jugendlichen in Austausch gehen. Dabei ist uns der Blick auf die Stärken und Ressourcen die zur Krisenbewältigung nötig sind und die Information über Hilfsangebote für junge Menschen in Krisen von besonderer Bedeutung.

Ort:

Winnicott-Institut
Geibelstraße 104
30173 Hannover

Zeit:

10.00 bis 11.30 Uhr und 12.00 bis 13.30 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt | gefördert durch das Bündnis gegen Depression in der Region Hannover

Anmeldung:

Ev. Beratungszentrum: Tel.: 0511/ 62 50 28

Veranstalter/in:

AG Suizidprävention für Kinder, Jugendliche und junge Menschen in Hannover

Mittwoch, 11.11.2020 | 16:00 - 18:00 Uhr

Vortrag und Diskussion

DEPRESSION BEI JUNGEN ERWACHSENEN

Mal was Anderes!

Eine Depression hat bei jungen Erwachsenen aufgrund der spezifischen Entwicklungsphase eine andere Art sich zu zeigen.

Die Beziehungsgestaltung stellt in der Behandlung die erste Herausforderung dar: Wie komme ich in Kontakt zu jüngeren Menschen und finde den besten Weg, eine depressive Entwicklung zu identifizieren? Welche Hilfe ist in dieser Altersgruppe mit Depressionen förderlich?

Wie flexibel sind die Hilffssysteme, um sich an die kontinuierliche Veränderung der jungen Generationen anzupassen (z.B. Corona Pandemie: Wirkung und Nebenwirkung).

Referentin:

M. E. Esteban Vela – Leitende Ärztin
Klinikum Wahrendorff

Ort:

Tagesklinik am Welfenplatz 4. OG
Lützerodestraße 12
30161 Hannover

Zeit:

16.00 – 18.00 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Anmeldung:

Sekretariat – Fr. Kreimeyer
Tel.: 05132/ 902465
kreimeyer@wahrendorff.de

Veranstalter/in:

Klinikum Wahrendorff GmbH

Mittwoch, 11.11.2020 | 17:30 Uhr

Filmabend

**Mary & Max oder:
Schrumpfen Schafe, wenn es regnet?**

Die KIBIS, Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich möchte mit diesem Film auf die vielen Selbsthilfethemen in der Region Hannover aufmerksam machen.

Der besondere Charme der Trick-Figuren ermöglicht eine liebevolle Sicht auf Zusammenhänge – auch auf das Thema Depression.

Ein Brief von Mary an Max ist der Auftakt einer außergewöhnlichen Freundschaft. Über 20 Jahre schreiben sich die beiden. Erzählt wird ihre Geschichte mit viel Liebe zum Detail. Und am Ende ist man ein Stückchen weiser. Vieles muss man so akzeptieren, wie es ist. Was man sich aber aussuchen kann, sind Freunde.

Ort:

Apollokino
Limmerstraße 50
30451 Hannover

Zeit:

Beginn 17:30 Uhr – freie Platzwahl

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt | gefördert durch die AOK Niedersachsen

Anmeldung:

Nicht erforderlich

Veranstalter/in:

KIBIS, Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich

Donnerstag, 12.11.2020 | 10:30 - 16:30 Uhr

Fachtag Vortrag und Workshops

**Schwere Geburten und ihre Folgen –
vom Geburtstrauma zur Depression**

Immer mehr Frauen berichten in den letzten Jahren von Geburtsverletzungen, Geburtstraumen, Krisen und Depressionen nach der Geburt. Die Dunkelziffer ist hoch. Wir laden Betroffene und Interessierte, sowie Fachleute von Berufsgruppen ein, die um die Geburt herum Eltern begleiten. Am Vormittag hören wir einen Vortrag von Viresha Bloemecke, Hebamme und Traumatherapeutin aus Hamburg: „Es war eine schwere Geburt- Auswirkungen traumatischer Erfahrungen und hilfreiche Wege der Verarbeitung“ Anhand von Bildern aus dem Märchen vom Wolf und den 7 Geißlein werden spezifische Reaktionen auf traumatischen Geburten und Wege der Heilung durch traumasensible Begleitung aufgezeigt.

WS 1 „Ausdrucksmalen nach Geburtsverletzungen“ mit Astrid Egger | **WS 2 „Selbsthilfe lohnt sich“** Initiierung einer Selbsthilfegruppe mit KIBIS | **WS 3 „Austauschcafé“** Moderation durch das Netzwerk | **16.00 Abschlussgespräch: „Was tat gut, was tut Not – welche Hilfen brauchen wir in Hannover?!“**

Ort:

Freizeitheim Linden

Zeit:

Workshops (WS) ab 14.30 Uhr
10.30-16.30 Uhr (10.00 Uhr Einlass)

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt | Mit Unterstützung des Teams Gleichstellung der Region Hannover und dem Referat für Frauen und Gleichstellung der Landeshauptstadt Hannover

Anmeldung:

krisen.rund.um.die.geburt@gmail.com

Veranstalter/in:

Netzwerk Krisen rund um die Geburt Hannover

Donnerstag, 12.11.2020 | 17:00 - 19:00 Uhr

Online-Seminar

Nachkriegskinder, Kriegsenkel und Depression -

die Folgen von Krieg und Nachkrieg in der Familiengeschichte

Krieg hinterlässt Spuren. Sichtbar an Gebäuden und Städten, unsichtbar in den Seelen der Menschen. Das Ende des 2. Weltkriegs ist mehr als 75 Jahre her. Die Thematisierung der psychischen Folgen von Flucht und Vertreibung, von Beteiligung an Kriegshandlungen und Zerstörung erfolgt erst seit den 2000er Jahren. Die Erziehung, das Schweigen sowie Traumata und Depression können Ursachen sein, dass auch die Kinder der Kriegsgenerationen von diesem Geschehen beeinflusst sind.

Wie lassen sich Fähigkeiten und Kraftquellen entdecken, um sich diesem Thema der eigenen Biografie zu stellen?

Ort:

online-Seminar

Zeit:

17:00 bis 19:00 Uhr

Eintritt/Kosten:

15,00 €

Anmeldung:

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Nds. e.V. /e-mail: info@gesundheits-nds.de
„Anmeldung online-Seminar 12.11.2020“

Veranstalter/in:

Dr. Diana Ahrens,
AG Gender und Depression im Bündnis gegen Depression
in der Region Hannover

Donnerstag, 12.11.2020 | 18:00 Uhr

Interview

Seelische Gesundheit in Krisenzeiten:

Auswirkungen der COVID-Pandemie

Angst, Schlaflosigkeit, Depression und Konflikte innerhalb der Familien: Seit dem Auftreten der Corona-Pandemie in China gab es bereits erste Hinweise zu den psychosozialen Auswirkungen der Pandemie. Das zeigt sich auch in einer der ersten und größten Umfragen zur psychosozialen Gesundheit während der COVID-Pandemie des Zentrums für Seelische Gesundheit der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH). Es finden sich Belege für eine deutliche mentale Belastung mit einem Anstieg von Stress, Angst, depressiven Symptomen, Schlafproblemen, Reizbarkeit und Aggression. Sorge bereitet insbesondere, dass 5 Prozent der Teilnehmenden angaben, häusliche Gewalt während des Lockdowns erfahren zu haben.

Im Vortrag referieren Dr. Jana Svitek und Prof. Tillmann Krüger Erkenntnisse aus früheren Pandemien, gehen auf aktuelle Umfrageergebnisse ein und skizzieren Möglichkeiten zur Förderung psychischer Gesundheit.

Ort:

Ausstrahlung auf der Internetseite

www.patienten-universitaet.de

Filmreihe

„Die Patientenuniversität fragt nach“

(auch auf youtube und facebook – Kanal Patientenuniversität MHH abspielbar)

Zeit:

Vortrag 20.10.2020 – 18:00 Uhr

Eintritt/Kosten:

Freier Eintritt

Veranstalter/in:

Patientenuniversität

Medizinische Hochschule Hannover

Mittwoch, 18.11.2020 | 18:30 Uhr

Vortrag – Interview – Gespräch
Selbsterfahrung Depression

Andreas Ahrens-Sander

„Man hat im Leben immer eine Wahl – ich habe mich für das Leben entschieden und es nicht bereut. Leben heißt lieben – Leben heißt kämpfen.“ Eine Aussage von Andreas Ahrens-Sander, der einen Suizidversuch unternehmen wollte und sich glücklicherweise im letzten Moment dagegen entschieden hat. Er berichtet über seinen Weg vom Abgrund zurück ins Leben mit allen Unwägbarkeiten, Hindernissen, den Gefühlen dabei und Rückschlägen. Im Anschluss an den Kurzvortrag soll ein Gruppengespräch unter der Beteiligung von anwesenden Angehörigen, Betroffenen und Professionellen stattfinden.

Ort:

KRH-Psychiatrie Wunstorf
Sozialzentrum – Konferenzraum
Eingang Hindenburgstraße
31519 Wunstorf

Zeit:

18.30 Uhr

Eintritt/Kosten:

Spenden erbeten

Anmeldung:

KRH-Psychiatrie Wunstorf
Sekretariat Ärztliche Direktion
Tel.: 05031/ 93 1201
Begrenzte Teilnehmerzahl

Veranstalter/in:

KRH-Psychiatrie Wunstorf



Veranstalterinnen und Veranstalter

AG Suizidprävention für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

c/o Ev. Beratungszentrum
Oskar Winter Straße 2, 30161 Hannover
www.diakonisches-werk-hannover.de

Arbeitskreis der Betreuungsvereine in der Region Hannover

www.btv-region.de

Beratungsstelle Osterstraße

Osterstraße 57, 30159 Hannover
www.beratungsstelleosterstrasse.de

Bildungsvereinigung Arbeit und Leben Niedersachsens Mitte gGmbH

Arndtstraße 20, 30167 Hannover
www.arbeitundleben-nds.de

Bündnis gegen Depression in der Region Hannover

c/o MHH – Klinik für Psychiatrie
Carl-Neuberg-Straße 1, 30625 Hannover
www.hannover.de/bgd-rh

Deutsche DepressionsLiga e.V.

Oppelner Straße 130, 53119 Bonn
www.depressionsliga.de

Ka:punkt

Katholische Kirche in der City

Gruppenstraße 8, 30159 Hannover
www.ka-punkt.de

KIBIS – Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich

Gartenstraße 18, 30161 Hannover
www.kibis-hannover.de

Klinikum Wahrendorff GmbH

Rudolf-Wahrendorff-Straße 22, 31319 Sehnde
www.wahrendorff.de

Veranstalterinnen und Veranstalter

Kooperationsstelle Hochschulen und Gewerkschaften Hannover –Hildesheim

Schloßwender Str. 7, 30159 Hannover
www.koop-hg.de

KRH-Psychiatrie Langenhagen und Wunstorf

Südstr. 25, 31515 Wunstorf
www.krh.eu

Marktkirche Hannover

Hanns-Lilje-Platz 2, 30159 Hannover
www.marktkirche-hannover.de

Medizinische Hochschule Hannover Klinik für Psychiatrie, Sozialpsychiatrie und Psychotherapie

Carl-Neuberg-Str. 1, 30625 Hannover
www.mhh-psychiatrie.de

Netzwerk Krisen rund um die Geburt

www.krisen-geburt.de

Region Hannover

Team Sozialpsychiatrischer Dienst
Peiner Str. 4, 30519 Hannover
www.hannover.de/spv

Stadtbibliothek Hannover

Hildesheimer Str. 12, 30169 Hannover
www.stadtbibliothek-hannover.de

STEP gGmbH

Odeonstr. 14, 30159 Hannover
www.step-niedersachsen.de

Verband Deutscher Werks- und Betriebsärzte e.V.

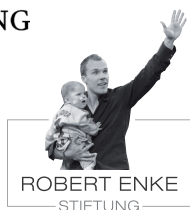
c/o Dr. med. Uwe Gerecke
Ihmeplatz 2, 30449 Hannover
www.vdbw.de

Danksagung

Wir danken allen Beteiligten, dass sie so kreativ und unkompliziert mit ihren Veranstaltungen dazu beitragen, die Veranstaltungen und Aktionen im 2. Halbjahr 2020 Realität werden zu lassen.

Der Förderstiftung MHH plus danken wir für die unbürokratische Hilfe bei der Abwicklung der Finanzen.

Wir danken der AOK Niedersachsen, der Deutschen Depressionsliga, der Robert-Enke-Stiftung, der Stiftung Deutsche Bahn und der Stiftung Deutsche Depressionshilfe für ihre finanzielle Förderungen, die es ermöglicht haben dieses Programmheft zu erstellen und einzelne Veranstaltungen durchführen zu können.



Die folgenden **Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartner** unterstützen die Veranstalterinnen und Veranstalter:

- Apollokino, Hannover
- Freizeitheim Linden
- Freizeitheim Vahrenwald
- Kino am Raschplatz, Hannover
- „Macht Worte!“ – der hannoversche Poetry Slam
- Patientenuniversität der Medizinischen Hochschule Hannover
- Winnicott Institut, Hannover

Notizen



Impressum



Herausgeber:

Bündnis gegen Depression in der Region Hannover
www.hannover.de/bgd-rh

c/o

Medizinische Hochschule Hannover
Klinik für Psychiatrie, Sozialpsychiatrie und Psychotherapie
Carl-Neuberg-Str. 1
30625 Hannover
Tel.: 0511 532-6559
bgdepression@mh-hannover.de

Verantwortlich:

Uwe Blanke, Rita Hagemann, Prof. Dr. Tillmann Krüger,
Dr. Jana Svitek

Bildnachweise:

Titelfotos (von links nach rechts):

B. Kleinheisterkamp („Pärchen“), stockdisc („Mutter mit Kind“), plainpicture/mascot („alter Mann“), Bananastock („Manager“). Alle abgebildeten Personen sind Modelle.

© Cornelia Gerbothe – Bündnis gegen Depression in der Region Hannover (Seite 10),

© cooperr-Adobe.Stock.com (Seite 39),

© Nadzeya Pakhomava-Adobe.Stock.com (Seite 43)

Layout und Druck

Region Hannover, Team Medienservice
gedruckt 100% Recyclingpapier

Auflage

7500 | 07-2020