

## WARUM UNSERE ARBEIT ZÄHLT

Wir leisten Aufklärungsarbeit, schaffen Gemeinschaftserlebnisse und bieten geschützte Räume für den Austausch. Denn neben den belastenden Symptomen der Erkrankung Depression gibt es noch immer viele problematische Stigmata darüber. Unser Verein versteht sich als Wegweiser, Unterstützer und Treffpunkt. Denn oft ist es für Betroffene und ihr Umfeld nicht leicht, die passende Hilfe zu finden.

### WICHTIG ZU WISSEN:

- **DEPRESSION KANN JEDEN TREFFEN!**

Menschen aller Geschlechter, Berufe, sozialer Verhältnisse, Charaktere und Altersgruppen (vom Kindes- bis ins Seniorenalter). Beinahe jede zweite gesundheitsbedingte Frühberentung hat psychische Ursachen, am häufigsten aufgrund der Diagnose Depression.

- **DEPRESSION HAT VIELE GESICHTER!**

Sie ist weder persönliches Versagen noch unabwendbares Schicksal sondern eine häufig auftretende Erkrankung mit vielfältigen Ursachen und Auslösern. Mehr als 9000 Menschen in Deutschland sterben jährlich durch Suizid. Häufig ist die Ursache eine psychische Erkrankung, meist eine Depression.

- **DEPRESSION IST BEHANDELBAR!**

Depressionen können heute mit großem Erfolg behandelt werden. Dank medikamentöser Therapie und psychotherapeutischer Verfahren stehen hochwirksame Behandlungsmethoden zur Verfügung.

## UNTERSTÜTZEN SIE UNSERE ARBEIT

### WERDEN SIE SPONSOR

Mit einem Sponsoring können Sie das bewegende Thema mentale Gesundheit in ihrer Organisation sichtbar machen und ein Zeichen setzen. Sie unterstützen damit unser Engagement an gezielter Stelle.

### SPENDEN SIE

Sie können mit Ihrer Spende einen wichtigen Beitrag zur Verbesserung der Situation depressiv erkrankter Menschen und ihren Angehörigen in und um Seligenstadt leisten. Ihre Spende hilft uns, um z.B. unsere Aufklärungsarbeit und somit den Abbau von Vorurteilen gegenüber dieser Erkrankung voranzubringen.

**Spendenkonto** Sparkasse Langen - Seligenstadt

**IBAN** DE95 5065 2124 0000 1309 14

**BIC** HELADEF1SLS

**Name** Seligenstädter Bündnis gegen Depression e.V.

Für eine Spendenquittung nennen sie uns im Verwendungszweck bitte eine E-Mail-Adresse.

### WERDEN SIE MITGLIED

Ihre Mitgliedschaft unterstützt unser Engagement zur Förderung der psychischen Gesundheit depressiv Erkrankter. Wir freuen uns auch über Mitglieder die unsere Aktivitäten ehrenamtlich unterstützen möchten.

Über eine Fördermitgliedschaft unterstützen sie unsere Arbeit mit einem jährlichen Beitrag.

seligenstädter  
bündnis  
gegen  
**DEPRESSION**

## KONTAKT


Stehweg 2 63500 Seligenstadt

Tel. 0176 87889952

info@seligenstadt-depression.de

www.seligenstadt-depression.de

seligenstädter  
bündnis  
gegen  
**DEPRESSION**

 @seligenstadt\_gegen\_depression

 Seligenstädter Bündnis gegen Depression





Gefördert durch:

STIFTUNG DEUTSCHE  
DEPRESSIONSHILFE  
UND SUIZIDPRÄVENTION



DEUTSCHE BAHN  
STIFTUNG

## DAS SIND WIR

AUFKLÄRUNG  
HILFE  
PRÄVENTION

## WER SIND WIR

Das Seligenstädter Bündnis gegen Depressionen e. V. wurde 2022 unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention e.V. als gemeinnütziger Verein ins Leben gerufen. Unsere Schirmherren sind Bürgermeister Dr. Daniell Bastian und Badesalz Urgestein Henni Nachtsheim. Unsere gemeinnützige Arbeit ist nicht gewinnorientiert und wird aus Mitgliedsbeiträgen, Spenden und Fördermitteln finanziert.

## WOFÜR STEHEN WIR

- Förderung des gesundheitlichen Wohlbefindens psychisch Erkrankter mit Depression
- Aufklärung über die Krankheit Depression in der Bevölkerung
- Akzeptanz und Entstigmatisierung von psychischen Erkrankungen
- Unabhängigkeit in religiösen und politischen Fragen und von der Pharmaindustrie
- Orientierung an der Nationalen Versorgungsleitlinie Depression
- Suizidprävention

## UNSER ENGAGEMENT

Das Konzept wurde 2001 erstmals in einem vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten Modellprojekt, dem Nürnberger Bündnis gegen Depression, angewandt und wissenschaftlich begleitet. Während der zweijährigen Intervention konnte eine deutliche Abnahme der suizidalen Handlungen bzw. der Suizidraten in der Interventionsregion verzeichnet werden. Mittlerweile haben in Deutschland unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe & Suizidprävention 90 Städte und Landkreise durch die Gründung regionaler Bündnisse den 4-Ebenen-Interventionsansatz gegen Depression umgesetzt. Darüber hinaus wurde der Ansatz in 10 weiteren europäischen Ländern sowie in Australien, Neuseeland, Kanada und Chile umgesetzt – koordiniert von der European Alliance against Depression.

## WAS BIETEN WIR

### AUFKLÄRUNG

- Wissensvermittlung an Betroffene und ihr soziales Umfeld sowie an die breite Öffentlichkeit über Infokampagnen
- Schulungen für Unternehmen, gemeinnützige Organisationen und Bildungseinrichtungen sowie ärztlich, therapeutisch und pädagogisch arbeitende Personen

### BERATUNG

- für Betroffene und ihr soziales Umfeld
- Orientierung innerhalb der Versorgungsstruktur in Seligenstadt und Umgebung
- Wissensvermittlung und Hilfe zur Selbsthilfe
- vor Ort, telefonisch, per Email

### SELBSTHILFE

- Konzeption, Etablierung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige
- Regelmäßiger Austausch zwischen Betroffenen, Angehörigen und medizinisch-therapeutischem Fachpersonal
- Selbsthilfe- und Freizeitangebote, z.B. in den Bereichen Bewegung, Musik, Theater, Entspannung und Psychoedukation

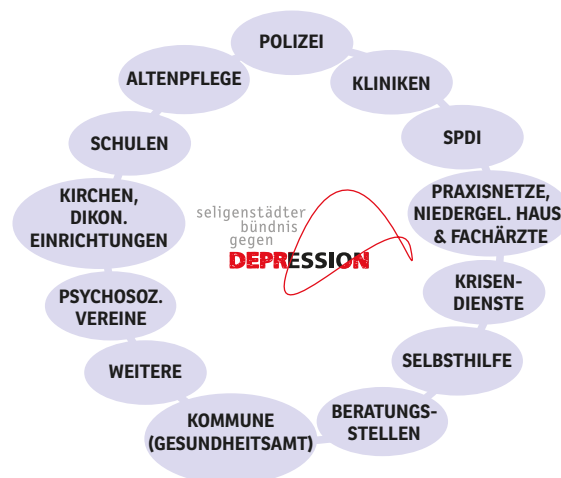
Alle unserer kostenfreien Angebote finden Sie auf unserer Homepage [www.seligenstadt-depression.de](http://www.seligenstadt-depression.de)

## UNSERE BÜNDNISPARTNER

Wir sind vernetzt mit Akteuren der psychosozialen und medizinisch-therapeutischen Versorgung, Krankenkassen, Fachgremien, Selbsthilfegruppen und -Kontaktstellen.

Mit dieser Bündnisarbeit gestalten wir unsere Beratung und Angebote aktuell und individuell. Zudem leisten wir einen Beitrag zum Dialog zwischen Betroffenen, ihrem sozialen Umfeld und dem Fachpersonal aus der Versorgung.

**Haben sie Ideen, Fragen oder möchten Sie sich mit Ihrer Institution beteiligen? Sprechen Sie uns gerne an. Wir freuen uns über weitere Unterstützer und Bündnispartner.**



## UNSERE AKADEMIE

### WISSEN UND HANDLUNGSKOMPETENZ

- Aufklärung über psychische Erkrankungen mit Fokus auf Depressionen und Suizidalität
- Vermittlung von Grundkenntnissen zu Merkmalen und Hintergründen sowie angemessener Gesprächsführung mit Betroffenen
- Aufzeigen von Hilfsmöglichkeiten und Präventionsmaßnahmen, beispielsweise im Hinblick auf ein gesundes Arbeitsklima, Früherkennung von Symptomen, Stressbewältigung, Wiedereingliederungsmanagement
- Erhaltung der Arbeitsfähigkeit
- Suizidprävention an Schulen

### ZIELGRUPPEN

Unsere Schulungen sind zielgruppenspezifisch aufgebaut und richten sich u.a. an:

- Vorgesetzte, Mitarbeiter, Betriebsräte und Personalverantwortliche
- Ärztliches Personal und Apotheker
- Pflegepersonal und beratende Berufe
- Schulen und Bildungseinrichtungen
- Pädagogen und Sozialarbeiter
- Jugendlichen

### IHRE ANFORDERUNGEN - UNSER KONZEPT

- Wir stimmen Inhalte und Methodik individuell auf die Erfordernisse Ihrer Zielgruppe ab
- Wir bieten u.a. Fachvorträge, Workshops und Erfahrungsaustausch
- Wir kommen zu Ihnen

### REFERENTENTEAM

Das Team verfügt über fundierte Fachqualifikationen, ein breites medizinisches und psychologisches Wissen sowie klinische Erfahrung. Unsere Vorträge und Schulungen werden ausschließlich von ärztlichen und psychologischen Psychotherapeuten, Allgemeinmedizinern und Psychiatern durchgeführt.

### KONTAKT

Nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf unter: [akademie@seligenstadt-depression.de](mailto:akademie@seligenstadt-depression.de)