



Informationen 02/2020

Dresdner Bündnis gegen Depression

INHALT

Informationen Dresdner Bündnis gegen Depression	2
54.134 Unterschriften für mehr Personal in Psychiatrie und Psychosomatik.....	2
Aktualisierte Krisenwegweiser des Psychosozialen Krisendienstes.....	2
Informationen zur Suizidprävention	2
Mitgliederversammlung (11.03.2020).....	2
Aktionstag und Lauf gegen Depression 2021	2
Veranstaltungen und Angebote in Dresden und Umgebung	3
Dresdner Dialog: „Komm mir (nicht) zu Hilfe! – Zwischen Unterstützung und Einmischung“ (26.02.2020)	3
EX IN Jahrestagung in Dresden (01.-02.03.2020)	3
Irre war gestern! – Pflergetag des Zentrums für Seelische Gesundheit am Universitätsklinikum Dresden (13.-14.03.2020).....	3
Erste Hilfe in seelischen Krisen durch Laien (28.03.2020, 04.04.2020)	3
CBASP-Curriculum an der Dresdner Akademie für Psychotherapie (07.-08.05.2020, 12.06.2020)....	4
Sonstiges.....	4
Sie möchten unsere Arbeit mit einer Spende unterstützen?.....	4
Unterstützende Mitglieder gesucht!	4
Stimmen zum Dresdner Bündnis gegen Depression	5
Impressum.....	5

Hinweis:

Wir haben im Text Links gesetzt zu verschiedenen Internetseiten. Sie haben damit bequemen Zugang zu den wichtigsten Informationen (Flyer etc.). Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

INFORMATIONEN DRESDNER BÜNDNIS GEGEN DEPRESSION

54.134 Unterschriften für mehr Personal in Psychiatrie und Psychosomatik



Der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen (BApK) hat am 24.09.19 eine Petition im Bundestag eingereicht. Ziel dieser war es, den Gesetzgeber zu bewegen, Maßnahmen für ausreichend Personal und genügend Zeit für eine gute Behandlung von Menschen mit psychischen Erkrankungen zu beschließen. 54.134 Personen unterstützten diese Petition mit ihrer Unterschrift. Damit konnte das erforderliche Quorum für eine öffentliche Beratung mit Anhörung des BApK im Petitionsausschuss erreicht werden. Wir danken allen Unterzeichnerinnen und Unterzeichner für die Unterstützung. Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

Aktualisierte Krisenwegweiser des Psychosozialen Krisendienstes

Der Wegweiser für Krisen- und Notsituationen des Gesundheitsamtes (Psychosozialer Krisendienst) bietet einen Überblick über Notrufnummern, Bereitschaftsdienste und Hilfsangebote in Dresden. Der psychosoziale Krisendienst hat zudem eine Materialsammlung mit Hinweisen bei Suizidgefährdung erarbeitet. Sie enthält neben allgemeinen Informationen zum Verständnis der suizidalen Problematik konkrete Hinweise für Betroffene, Angehörige und Hinterbliebene. Die aktualisierten Fassungen finden Sie auf unserer [Internetseite](#) zum Herunterladen.

Informationen zur Suizidprävention

Auf der Internetseite der Stadt Dresden finden Sie wichtige Informationen zur Suizidprävention und zur akuten [Hilfe bei Suizidgefährdung](#) für Betroffene, Angehörige und Fachkräfte.

Mitgliederversammlung (11.03.2020)

Wir treffen uns zur nächsten Mitgliederversammlung am 11.03.2020 um 18.00 Uhr im Städtischen Klinikum Dresden. Bei dieser planen wir die Aktionen 2020. Die Einladung finden Sie [hier](#).

Aktionstag und Lauf gegen Depression 2021

Es ist zwar noch eine Weile bis dahin, heute aber schon eine erste Ankündigung: Wir bieten unseren nächsten "Aktionstag und Lauf gegen Depression" am **08.05.2021** an. Wir wechseln vom Herbst ins Frühjahr und hoffen auch in dieser Jahreszeit auf rege Teilnahme.

VERANSTALTUNGEN UND ANGEBOTE IN DRESDEN UND UMGEBUNG

Dresdner Trialog: „Komm mir (nicht) zu Hilfe! – Zwischen Unterstützung und Einmischung“ (26.02.2020)



Am Trialog sind Menschen beteiligt, die mit einer psychischen Krise oder Erkrankung bzw. einer psychiatrischen Behandlung Erfahrung haben. Das können Betroffene, Angehörige und professionelle Helfer sein. Sie kommen zusammen, um einander zuzuhören, miteinander zu sprechen und voneinander zu lernen. Herzlich eingeladen ist jeder Interessierte. Für die Teilnahme am Trialog ist keine Anmeldung erforderlich. Die Veranstaltung ist kostenfrei. Teilnahme ab 18 Jahren. Weitere Informationen: [Flyer](#)

Veranstaltungshinweise:

- Datum, Zeit: 26.02.2020, 18:00 Uhr - 20:00 Uhr
- Ort: Evangelische Hochschule (EHS) Dresden, Dürerstraße 25, 01307 Dresden
- Veranstalter: Trialog Gruppe Dresden

EX IN Jahrestagung in Dresden (01.-02.03.2020)



Vom 01.-02.03.2020 findet in Dresden die Jahrestagung des EX IN Deutschland in der Katholischen Pfarrei St. Martin – Staufenberg Allee 9h – statt. Das [Programm](#) beinhaltet Vorträge, Diskussionsrunden und Filmvorstellungen und widmet sich der Thematik der Genesungsbegleitung.

Irre war gestern! – Pflorgetag des Zentrums für Seelische Gesundheit am Universitätsklinikum Dresden (13.-14.03.2020)



Vom 13. bis 14. März 2020 findet der 5. Pflorgetag des Zentrums für Seelische Gesundheit am Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden statt. Inhaltlich stehen diese zwei Tage ganz im Zeichen der Themenvielfalt, der Innovation und des Perspektivwechsels. Die leitenden Pflegekräften des Zentrums für Seelische Gesundheit am Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden haben in Zusammenarbeit mit der Carus Akademie ein interessantes [Programm](#) mit Vorträgen und Workshops zusammengestellt.

Erste Hilfe in seelischen Krisen durch Laien (28.03.2020, 04.04.2020)



Nachdem dieser Lehrgang bereits zweimal erfolgreich in der VHS Dresden durchgeführt wurde, bieten diesen Kurs nun die Ausbilder und Ausbilderinnen auch in Radeberg an. Interessierten Laien werden an 2 Samstagen von Fachkräften theoretische Kenntnisse in den Bereichen Medizin, Psychologie, Recht, Soziales, Ethik und Religion sowie praktische Gesprächsführung angeboten. Der Lehrgang ist ein Kurs der Ersten Hilfe und basiert auf internationalen Erfahrungen im Bereich der Ersten Hilfe bei seelischen Krisen, die es seit dem Jahr 2000 - von Australien ausgehend - in vielen Ländern bereits gibt. Der Kurs setzt eine ausreichende psychisch und seelische

Gesundheit der Teilnehmer voraus und ist kein Ersatz für eine Psychotherapie oder eine Art Selbsthilfegruppe. Ziel ist es, Laien bessere Kenntnisse im Umgang mit seelischen Krisen zu vermitteln und

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

die Bereitschaft zur ersten Hilfe in Krisensituationen zu verbessern. Mitglieder des Dresdner Bündnisses gegen Depression beteiligen sich als Dozenten an diesem [Kurs](#).

CBASP-Curriculum an der Dresdner Akademie für Psychotherapie (07.-08.05.2020, 12.06.2020)

An der DAP Dresden wird auch in diesem Jahr wieder ein CBASP-Curriculum angeboten. „Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy“ (CBASP) ist ein psychotherapeutisches Behandlungsverfahren, das speziell für die Behandlung chronisch depressiver Patienten und Patientinnen konzipiert wurde. Chronisch depressive Störungen galten bislang als schwierig zu behandeln oder gar als therapieresistent. Der CBASP-Ansatz integriert behaviorale, interpersonelle, kognitive sowie psychodynamische Strategien und fokussiert die Beziehungsgestaltung und den Umgang mit schwierigen Therapiesituationen. Das Curriculum richtet sich an Psychotherapeuten und Ärzte, die sich aktuell in Therapieausbildung befinden oder eine solche bereits abgeschlossen haben. Informationen auf der Internetseite der [DAP](#).

SONSTIGES

Sie möchten unsere Arbeit mit einer Spende unterstützen?

Wir freuen uns daher über jede noch so kleine Spende, die uns bei unserer ehrenamtlichen Arbeit hilft. Gern stellen wir Ihnen eine Spendenbescheinigung zur Vorlage beim Finanzamt aus. Bitte geben Sie hierfür im Verwendungszweck Ihre Adresse an.

Spendenkonto:

- Kontoinhaber: Dresdner Bündnis gegen Depression
- Bank: Deutsche Apotheker- und Ärztebank Dresden
- IBAN: DE34 3006 0601 0006 2588 59
- BIC: DAAEDEDXXX

Sie können uns nun auch mit einem Einkauf bei [Smile. Amazon](#) unterstützen. Amazon gibt 0,5 % der Einkaufssumme an uns weiter. Zusätzliche Kosten entstehen Ihnen dadurch nicht. Smile. Amazon ist dasselbe Amazon, das Sie kennen.

Unterstützende Mitglieder gesucht!

Wir möchten in diesem Jahr die Vernetzung in Dresden stärken. Deshalb suchen wir neue Mitglieder im Dresdner Bündnis gegen Depression. Sie können aktives, mitwirkendes Mitglied werden oder uns mit einer ideellen Mitgliedschaft unterstützen. Informationen zu unserem Verein (Angebote, Jahresberichte, Mitgliedschaft) finden Sie auf unserer [Internetseite](#). Wir sind ein gemeinnütziger Verein, der Mitgliedsbeitrag ist daher steuerlich absetzbar.

Stimmen zum Dresdner Bündnis gegen Depression

Menschen in schwierigen Lebenssituationen Halt geben ist eine primäre Aufgabe der TelefonSeelsorge. Ich engagiere mich im Dresdner Bündnis gegen Depression, weil ich darin ein starkes Netzwerk erkenne, dass in seiner Vielfalt an Depression erkrankten Menschen und deren Angehörigen Halt und Orientierung anbietet.

Michael Heinisch

Leiter Ökumenische TelefonSeelsorge Dresden



12



13

Aktuelle Zahlen belegen, dass ca. 5 Millionen Menschen in Deutschland im Laufe eines Jahres an einer depressiven Störung erkranken. Trotzdem wird die Erkrankung Depression immer noch häufig totgeschwiegen, werden Menschen mit dieser Erkrankung stigmatisiert. Aufgrund dieser Tatsachen und obwohl eine Behandlung in aller Regel hilfreich ist, dauert es sehr lange, ehe Betroffene in eine adäquate Behandlung kommen, häufig schämen sich depressive Patienten für diese Erkrankung. Das Bündnis gegen Depression setzt genau an dieser Stelle an, will informieren, entstigmatisieren, Betroffenen eine Stimme geben und Fachleute, Betroffene und Angehörige an einen Tisch holen. Um dies erfolgreich tun zu können, braucht es unser aller Unterstützung. Deswegen bin ich Mitglied in diesem Bündnis.

Dr. Dirk Ritter

Psychologischer Psychotherapeut, Mitglied im Dresdner Bündnis gegen Depression

Bildrechte: 12 Michael Heinisch, 13 Dr. Dirk Ritter. Der Abdruck der Statements und der Bilder erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber.

Impressum

31.01.2020

Dresdner Bündnis gegen Depression e.V.

Sven Leinert, Vorstandsvorsitzender

Postfach 50 02 54

01032 Dresden

www.deutsche-depressionshilfe.de/dresden

Sie finden uns auch auf Facebook.

Das Dresdner Bündnis gegen Depression e. V. ist eingetragen im Register des Amtsgerichtes Dresden (VR 41019).

Sie möchten Informationen in künftige Schreiben aufnehmen lassen? Dann [kontaktieren](#) Sie uns bitte. Möchten Sie keine weiteren E-Mails von uns bekommen, dann schreiben Sie uns einfach eine [E-Mail](#) mit "keine weiteren Mails" im Betreff. Haftungshinweis: Das Dresdner Bündnis gegen Depression e.V. übernimmt keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)