



Ich unterstütze das Bündnis, weil noch immer Depressionen mit Stigmatisierung und gesellschaftlichen Nachteilen einhergehen. Wir benötigen mehr Verständnis und Akzeptanz für Depression, damit nicht mehr die Angst vor Stigmatisierung Menschen daran hindert, sich professionelle Hilfe zu suchen. Das kann Leben retten.

**Uwe Hauck**

*Autor, Blogger*

*Vorstandsmitglied der Deutschen DepressionsLiga*

Ich unterstütze das Bündnis, weil es "Lautsprecher" auf Augenhöhe braucht. Menschen, die andere an die Hand nehmen und Themen auf den Punkt bringen. Das Bündnis macht genau das und bietet dazu zahlreiche Aktionen.

**Markus Bock**

*Blogger*



Das Bündnis gibt Betroffenen und Angehörigen eine Stimme in der Gesellschaft und schafft Aufmerksamkeit mit dem Ziel, das Stigma für eine schwere Erkrankung aufzubrechen. Dieses starke Engagement unterstützen wir gerne.

**Dr. Lutz Blase**

*Medizinischer Direktor, Städtisches Klinikum Dresden*



Depression ist (besser) behandelbar (als man denkt)! ...und muss nicht hinter Leiden wie Rückenschmerzen versteckt werden! Der ptv Sachsen hat mit dem Bündnis gegen Depression einen unverzichtbaren Partner in der Aufklärungsarbeit rund um das Thema Depression an seiner Seite.

**Daniel Skupin**

*Vorstand des ptv Sachsen, Mitglied im Dresdner Bündnis gegen Depression*

---

Aufklärung, Vernetzung, Hilfe und Beratung sind die Schnittstellen in unserer Arbeit mit unserem Kooperationspartner Dresdner Bündnis gegen Depression e. V. Das Dresdner Bündnis gegen Depression tritt für mehr Akzeptanz von psychischen Erkrankungen ein und setzt sich für die Verbesserung der Versorgung der Betroffenen ein. Sie sind einer unsere zentralen Kooperationspartner und wir unterstützen Euch gern!

**Petra Schöne**

*Vorsitzende EX-IN Sachsen e.V., Stellvertretende Vorstandsvorsitzende Dresdner Bündnis gegen Depression*



5



6

Depression wird ja immer noch von Vielen vor allem als Reaktion auf schwierige Lebensumstände und nicht als eigenständige, schwere Erkrankung aufgefasst und nur eine Minderheit erhält eine adäquate und konsequente Behandlung. Die Bündnisse gegen Depression leisten in den Gemeinden in Kooperation mit Betroffenen, Angehörigen und Behandlern Aufklärungsarbeit und schulen Multiplikatoren wie Lehrer, Pfarrer, Apotheker und Altenpflegekräfte. Ziel ist es zum einen die großen Behandlungsdefizite bei den über 5,3 Millionen erkrankten Menschen in Deutschland zu reduzieren und zum anderen Suiziden und Suizidversuchen vorzubeugen.

**Prof. Ulrich Hegerl**

*Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe, Vorstandsvorsitzender des Deutschen Bündnisses gegen Depression*

---

Die Depression ist weder eine harmlose Befindlichkeitsstörung noch eine Charakterschwäche, die mit genügend Selbstdisziplin zu überwinden ist. Vielmehr handelt es sich um eine ernstzunehmende, behandlungsbedürftige Erkrankung, die im schlimmsten Fall tödlich verlaufen kann. Als Mitglied im Dresdner Bündnis gegen Depression möchte ich über das Thema Depression informieren, und gegen Bagatellisierung und Stigmatisierung der Erkrankung antreten. Andere Betroffene, gerade diejenigen, welche zum ersten Mal Symptome einer Depression zeigen, möchte ich ermutigen, eventuelle Berührungspunkte zu überwinden, und zügig professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Einer Verschleppung der Symptomatik über lange Zeit und der damit oft verbundenen weitreichenden Einschränkung von Lebensqualität und Lebenswillen, kann so begegnet werden.

**Steffi Pfeiffer**

*Mitglied im Dresdner Bündnis gegen Depression*



7



Das Dresdner Bündnis gegen Depression nimmt eine außerordentlich wichtige Rolle als Unterstützer und Vernetzer für Menschen mit Depressionen und anderen psychischen Beeinträchtigungen ein. Sie sind außerdem ein bedeutsamer Kooperationspartner und Bindeglied für Dresdner Vereine und Initiativen, die ebenfalls für die Entstigmatisierung von psychischen Beeinträchtigungen arbeiten. Wir bei Mindcolors unterstützen euch gerne und freuen uns, gemeinsam Dresden etwas bunter und toleranter zu machen!

**Paula Kuitunen**

*Leiterin der Initiative Mindcolors  
Online-Beraterin DGOB, Ordentliches Mitglied und Online-Beraterin der Deutschen Angst-Hilfe e.V.*

Das Netzwerk für Suizidprävention Dresden unterstützt das Dresdner Bündnis gegen Depression. Uns verbinden gemeinsame Anliegen. Eine Depression kann jeden Menschen treffen. Sie verursacht Leid bei der erkrankten Person selbst und eben auch die Menschen in ihrem Umfeld. Freunde, Familie und Arbeitgeber fühlen sich oft hilflos. Der Zusammenschluss von Betroffenen, Experten und Engagierten in einem Netzwerk bietet nicht nur Unterstützung und die Möglichkeit zum Austausch für die Betroffene und Angehörige untereinander, sondern hilft auch, für jede Art von Belastung und Beeinträchtigung die richtige Hilfe zu finden.



#### **Team Netzwerk für Suizidprävention Dresden**

Ich unterstütze als Facharzt für Psychotherapie i.R. die Aktionen des Dresdner Bündnisses gegen Depression, dem ich seit 2004 annehöre, weil der Kampf gegen die Volkskrankheit Depression eine gewaltige Aufgabe ist.

Wir verzeichnen leider noch immer jährlich etwa 10000 Suizide in Deutschland. Dabei stehe ich auch mit meiner ehrenamtlichen Sprechstunde ganz hinter dem Motto: „Jeder Suizid ist einer zu viel!“

**Dr. Hartmut Kirschner**

*Gründungsmitglied Dresdner Bündnis gegen Depression,  
Facharzt für Psychotherapie*



Ich bin durch meine Mitarbeit bei den Projekten „Grenzen erleben“ und „Kunst Wahn Sinn – wie die Kunst mich wieder leben lehrte“ zum Dresdner Bündnis gegen Depression gekommen. An der Arbeit im Bündnis schätze ich, dass sich Fachkräfte, Erkrankte und Angehörige miteinander vernetzen und gemeinsam und auf Augenhöhe auf ein Ziel hinarbeiten: über die Krankheit Depression aufzuklären und somit das Verständnis für diese Erkrankung und für die Erkrankten zu fördern.

**Sven Leinert**

*Vorsitzender Dresdner Bündnis gegen Depression,  
Leitender Psychologe Städtisches Klinikum Dresden*

Dresdner Bündnis gegen Depression e. V.  
Postfach 50 02 54, 01032 Dresden  
[www.deutsche-depressionshilfe.de/dresden](http://www.deutsche-depressionshilfe.de/dresden)

Spendenkonto bei Deutsche Apotheker- und Ärztebank Dresden  
IBAN: DE34 3006 0601 0006 2588 59  
BIC: DAAEDEDXXX



11

Im Studium hat mich das Thema seelische Gesundheit schon früh gepackt. Die Wahrscheinlichkeit, einmal im Leben an Depression zu erkranken, ist hoch. Mittlerweile gibt glücklicherweise zahlreiche Therapieoptionen. Gute Medizin ist meinem Verständnis nach aber auch eine, die Prävention als die bessere Behandlung betrachtet. Das heißt, Aufklärung in der Bevölkerung, frühzeitig niedrigschwellige Angebote und dialogischen Austausch anzubieten. Über eine Freundin kam ich zum Bündnis. Hier komme ich auch außerhalb eines professionellen Settings in Kontakt zu engagierten Betroffenen, wie auch Angehörigen und kann mich mit Ihnen über Projekte für Prävention und die Verbesserung der gesundheitlichen Situation depressiver Menschen einsetzen. Ich unterstütze das Dresdner Bündnis gegen Depression, da es nicht profitorientiert ist und im Dienste der Gesellschaft steht.

### **Feras Al Hamdan**

*Medizinstudent und Doktorand an der TU Dresden, Mitglied im 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:

1 Markus Bock; 2 Uwe Hauck; 3 Städtisches Klinikum Dresden; 4 Psychosozialer Trägerverein; 5 Petra Schöne; 6 Stefan Straube; 7 Steffi Pfeiffer, 8 Paula Kuitunen, 9 Dr. Hartmut Kirschner, 10 Sven Leinert, 11 Feras Al Hamdan, 12 Michael Heinisch, 13 Dr. Dirk Ritter

Der Abdruck der Statements und der Bilder erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber.