



# Jahresbericht 2016

## Jahresbericht 2016

- Umsetzung Stiftungszweck
- Öffentlichkeits-/Aufklärungsarbeit
- Fundraising
- Organisationsentwicklung

Im neunten Jahr ihres Bestehens nach der Gründung 2008 hat die Stiftung Deutsche Depressionshilfe kontinuierlich an der Umsetzung des Stiftungszwecks weiter gearbeitet. **Zweck der Stiftung** ist die Förderung von Wissenschaft und Forschung, Volks- und Berufsbildung und Erziehung, Kunst und Kultur sowie des öffentlichen Gesundheitswesens im Zusammenhang mit dem Krankheitsbild Depression.

Die Deutsche Bahn Stiftung kooperiert seit drei Jahren mit der Stiftung Deutsche Depressionshilfe: Am 1. Oktober 2014 startete im Rahmen der Kooperation zwischen der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und der Deutsche Bahn Stiftung das Forschungszentrum Depression in Leipzig. Die Kooperation umfasst daneben versorgungsnaher Projekte und Aufklärungsarbeit.

Darüber hinaus arbeitet die operativ tätige gemeinnützige Stiftung bürgerlichen Rechts projektbezogen auch mit diversen Krankenkassen zusammen und wirbt zudem um Drittmittel und Spenden für Forschung und Projekte.

Der folgende Jahresbericht gibt Auskunft über die Entwicklungen und erreichten Ziele im Kalenderjahr 2016:

### I Forschungszentrum Depression

Das Forschungszentrum Depression setzt sich für eine versorgungsnaher und pharmaunabhängiger Erforschung der Depression ein – mit dem Ziel, einen Beitrag zu einer besseren Di-

agnostik der Erkrankung und zur Entwicklung neuer Therapieansätze zu leisten.

Ein internationaler wissenschaftlicher Beirat (**International External Advisory Board** of the Depression Research Centre/IEAB) begleitet und evaluiert die Kooperationsprojekte bzw. prüft deren Fortschritte. Die international anerkannten Experten des „External Advisory Board“ treffen sich hierzu jährlich gemeinsam mit den Kooperationspartnern. Folgende international anerkannte Forschungsexperten gehören dem Beirat wie im Vorjahr an:

- Dr. Brenda Penninx, Professorin für Psychiatrie am Medical Center Amsterdam/NL
- Dr. James Coyne, derzeit Ruf als Professor für Health Care Policy and Aging Research an der Rutgers University N.J./USA
- Prof. Dr. Dr. Werner Konrad Strik, Direktor der Psychiatrischen Universitätsklinik in Bern / Schweiz
- Prof. Dr. Georg Juckel, Direktor der Klinik für Psychotherapie und Präventive Medizin, Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum
- Dr. Ken Kirkby, Professor für Psychiatrie an der Universität Tasmanien, Australien
- Prof. Dr. Zul Merali, Präsident/CEO der Universität von Ottawa/Kanada, Institut für Mental Health Research.



Abb.: Die Mitglieder des IEAB, in obiger Reihenfolge

Zum 3. Advisory Board Meeting am 05. September 2016 wurde den anwesenden Mitgliedern des Expertengremiums der Status aller laufenden Projekte präsentiert und diese bewertet. Unter Berücksichtigung der Projekt- und Meilensteinpläne, der Projektbudgets sowie vorangegangener Arbeitsstände bescheinigt der Gutachterbericht für das Aktivitätsjahr sowohl einen zielgerechten und effi-

zienten Einsatz von Mitteln als auch des Verlaufs der Studienprojekte.

### **Die laufenden Forschungsprojekte**

In 2016 wurden die am Forschungszentrum in Kooperation mit der Deutsche Bahn Stiftung gGmbH begonnenen GET-Studien fortgeführt (GET.UP, GET.STARTED, GET.HAPPY) und die Forschungsprojekte zum Thema AROUSAL-Regulation weitergeführt und ausgeweitet. Es sind insgesamt zehn wissenschaftliche Fachartikel publiziert und weitere Publikationen eingereicht worden. Darüber hinaus wurden Studieninhalte auf wissenschaftlichen Konferenzen mit Vortrags- oder Posterbeiträgen vorgestellt.

#### **Zum Verlauf der Studien im Einzelnen:**

##### **GET.UP-Studie**

Ein Großteil depressiv erkrankter Menschen leidet unter Schlafstörungen. Oft fühlen sich die Betroffenen am nächsten Tag erschöpft und neigen deshalb dazu, früher ins Bett zu gehen, länger liegen zu bleiben und sich auch tagsüber hinzulegen – immer in der Hoffnung, wieder zu Kräften zu kommen. Meist ist das Gegenteil der Fall: Die Inaktivität führt häufig zu weiterer Stimmungsverschlechterung. Verkürzungen der Bettzeit bei einem therapeutischen Schlafentzug gehen hingegen in vielen Fällen mit einer Besserung der Stimmung einher. Im Rahmen der Kooperation zwischen der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und der Deutsche Bahn Stiftung wird deshalb in der GET.UP-Studie die Wirksamkeit und Verträglichkeit einer kontinuierlichen leichten Bettzeitverkürzung wissenschaftlich untersucht.

Es wird eine kontinuierliche milde Schlafrestriktion durchgeführt. Die Studienteilnehmer werden dabei durch eine eigens dafür programmierte Smartphone-App („GET.UP!“)

unterstützt, welche alle Probanden für die tägliche Protokollierung der Schlafzeiten und die Einschätzung der individuellen Stimmung nutzen. Die Rekrutierung von Studienteilnehmern, die im Herbst 2015 begonnen hatte, wurde 2016 kontinuierlich fortgesetzt.

Die GET.UP-Studie wurde u.a. im Dezember 2016 mit einem Poster auf der 24. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Schlaforschung und Schlafmedizin (DGSM) vorgestellt. Die Studienrekrutierung wird fortgesetzt. Die finale Datenauswertung und Publikation sind für Anfang 2018 vorgesehen.

##### **GET.STARTED-Studie**

In der GET.STARTED-Studie werden die Akzeptanz und Wirksamkeit des verhaltenstherapeutisch orientierten, internetbasierten Selbstmanagement-Programms „iFightDepression“ untersucht. Das Programm hilft Betroffenen mit leichteren Depressionsformen ihre Erkrankung besser zu verstehen und zeigt Übungen für den Alltag, um Gedanken oder Verhaltensweisen zu verändern. So lernen sie zum Beispiel den Schlaf zu regulieren, negative Gedankenkreise zu durchbrechen oder positive Aktivitäten in der Tagesstruktur zu planen.

Es soll geprüft werden, wie gut die Programme von Menschen mit einer leichten oder mittelgradigen Depression angenommen werden und in welchem Umfang depressive Symptome dank des Selbstmanagement-Programms kurz- und mittelfristig verringert werden können. Als Kontrollgruppe der randomisiert-kontrollierten Studie dient ein ebenfalls online zur Verfügung gestelltes Entspannungstraining basierend auf der progressiven Muskelentspannung. Im Rahmen der Studie durchlaufen die Teilnehmer über 6 Wochen eines der beiden Programme und werden in regelmäßigen Telefonkontakten durch Mitarbeiter des Forschungszentrums begleitet.

Mit der Rekrutierung für die Studie wurde im Juni 2016 begonnen. Da die Studie weiter andauert, sind die Studiendaten noch nicht für Analysen freigegeben.

### GET.HAPPY-Studie

Im Rahmen der GET.HAPPY-Studie soll die Zufriedenheit der Teilnehmer mit dem „Glück-kommt-selten-allein“-Onlinetraining von Dr. Eckart von Hirschhausen untersucht werden, in dem Übungen aus der Positiven Psychologie enthalten sind. Weiterhin werden Veränderungen in der depressiven Symptomatik, der gesundheitsbezogenen Lebenszufriedenheit und etwaige negative Effekte erhoben. Das Interesse an der Studie war 2016 anhaltend groß.

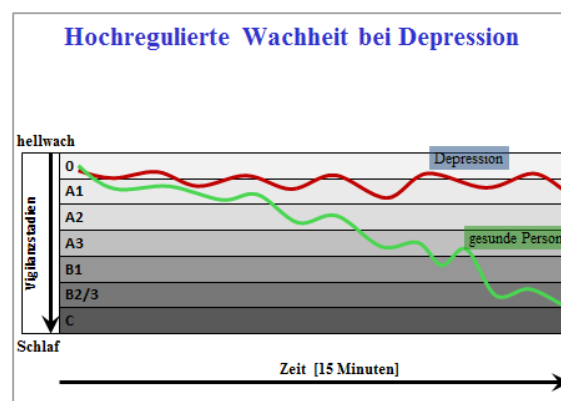
In der retrospektiven Online-Umfrage „GET.HAPPY2“ wurde die Anwendbarkeit des „Glück kommt selten allein“-Onlinetrainings für Menschen mit depressiven Erkrankungen untersucht. Hierzu wurden Antworten von erkrankten mit denen von gesunden Teilnehmern des Programms bzgl. Nutzung, wahrgenommenem Nutzen und negativen Effekten verglichen. Die 3-monatige Erhebungsphase begann im November 2016 und wird Anfang 2017 beendet sein. Das Studienende, inklusive der Datenauswertung für beide GET.HAPPY-Studien, ist für Juni 2017 avisiert.

### EEG-Studien zur Arousal-Regulation gemessen mittels VIGALL-Algorithmus

#### ***Arousal-Regulation als diagnostischer Biomarker für affektive Störungen***

Menschen mit Depression leiden unter Schlafstörungen. Auch beim Schließen der Augen bleibt ihr Gehirn hellwach, sie werden nicht schläfrig und fühlen sich dennoch erschöpft. Im Rahmen der Kooperation mit der Deutsche Bahn Stiftung untersucht die Stiftung Deutsche Depressionshilfe am Forschungszentrum Depression gemeinsam mit dem Universitätsklinikum Leipzig, warum depressiv Erkrankte

eine erhöhte Wachheit (Arousal) aufweisen. Die erhöhte Wachheit kann mittels Hirnstrommessungen dargestellt werden und könnte künftig bei der Diagnose und Behandlung von Depression hilfreich sein.



Eine erste Studie verglich die Arousal-Regulation bei bipolaren Patienten mit der Arousal-Regulation gesunder Kontrollprobanden. Die Ergebnisse wurden in der psychiatrischen Fachzeitschrift „Bipolar Disorders“ veröffentlicht. Eine zweite Studie untersuchte Patienten mit unipolarer Depression. Sie zielte darauf ab, bisherige Forschungsergebnisse, die bei Patienten ohne Medikamentenbehandlung gewonnen wurden, nun bei medizierten Patienten zu replizieren. Dies macht die ersten Ergebnisse für die Forscher verlässlicher. Die abschließenden Analysen erfolgen mit dem Universitätsklinikum Leipzig.

### ***EMBARC-Projekt***

In diesem Kooperationsprojekt mit der University of Columbia werden Daten aus dem EMBARC-Projekt (Establishing Moderators and Biosignatures of Antidepressant Response for Clinical Care) ausgewertet. Ziel des Projekts ist es, die mittels VIGALL-Algorithmus bestimmbar Parameter der Arousal-Regulation als Behandlungsprädiktoren bei Patienten mit Depression zu testen. Der Vigilanz-Algorithmus Leipzig (VIGALL) ist ein computergestütztes Verfahren zur Erfassung der Arousal(Wachheits)-Regulation auf Basis der Elektroenzephalographie (EEG), das Prof. Hegerl und sein Team entwickelt haben.

In einem ersten Schritt wurden geeignete Parameter definiert, um die an unserer Arbeitsgruppe für EEG-Messung von 15-20 Minuten definierten Arousal-Parameter so zu modifizieren, dass sie für die Analyse kürzerer EEG-Abschnitte genutzt werden können. Im Zuge dessen wurde auch der Vigilanz-Algorithmus einer Revision unterzogen. Diese Arbeit mündete in eine neue VIGALL Version (VIGALL 2.1). Mittels VIGALL 2.1 konnten signifikante Unterschiede zwischen Patienten und einer gesunden Kontrollgruppe gezeigt werden. Die Kooperation mit den Partnern in den USA, die die neuen Datensätze zur Prüfung erhalten haben, wird fortgesetzt.

### ***Genomweite Assoziationsstudie zu Brain-Arousal Regulation***

Dieses Projekt basiert auf Daten des Leipziger Forschungszentrums für Zivilisationserkrankungen („LIFE“). LIFE ist eine Studie, in der 10.000 Einwohner der Stadt Leipzig eine umfassende medizinische Untersuchung durchliefen. Probanden im Alter von 40 bis 79 Jahren nahmen an einer EEG-Untersuchung teil. Zudem wurden mithilfe entnommenen Blutes auch genetische Analysen durchgeführt.

Ziel des Projektes ist die Identifizierung möglicher genetischer Ursachen für die mittels EEG erfassbare Arousal-/Wachheits-Regulation, die an der Entstehung und Aufrechterhaltung depressiver Erkrankungen beteiligt ist. Hierfür wird eine genomweite Assoziationsanalyse (GWA) durchgeführt. Ziel ist es herauszufinden, ob die erhöhte Wachheit bei depressiven Patienten genetische Ursachen hat.

Im Projekt wurde 2016 die genomweite Assoziationsanalyse abgeschlossen. Die zwischenzeitlich erfolgte Überarbeitung der EEG-Methodik (VIGALL-Algorithmus) machte eine Re-Analyse notwendig, die ebenfalls abgeschlossen wurde. Um die genetischen Wirkmechanismen auf die Wachheitsregulation besser zu verstehen, wurden u.a. sogenannte Pfad-Analysen durchgeführt. Diese legen eine Beteiligung genetischer Modulatoren von Ionen-Kanälen nahe (Natrium/Calcium). Ionen-

Kanäle spielen bei unipolar und bipolar depressiven Erkrankungen eine wichtige Rolle. Die Ergebnisse der Studie wurden auf Fachtagungen wie dem Kongress der Deutschen Gesellschaft für Klinische Neurophysiologie und Funktionelle Bildgebung (DGKN) und dem Kongress der Deutschen Gesellschaft für Schlafmedizin (DGSM) vorgestellt. Ein Manuskript wird zur Publikation in einer wissenschaftlichen Fachzeitschrift vorbereitet.

### ***Arousal-Regulation, Schlaf-Wach Regulation und depressive Symptome***

Im Projekt werden verschiedene Analysen von Daten aus dem LIFE-Projekt vorgenommen, welches an der Medizinischen Fakultät der Universität Leipzig durchgeführt wurde. Forschungsfragen sind z.B., ob eine höhere subjektive Depressivität mit erhöhtem Arousal-Level und stabilerer Arousal-Regulation assoziiert ist oder ob sich Teilnehmer mit depressiven Syndromen von nicht-depressiven Teilnehmern bezüglich ihrer Arousal-Regulation unterscheiden. Gezeigt werden konnte, dass höhere Depressionsschwere wie erwartet mit einer erhöhten Wachheit assoziiert ist und dass depressive Teilnehmer ein höheres Arousal haben als nicht-depressive Teilnehmer. Andere Analysen bezogen sich auf die Assoziation von subjektiven Angaben zum Nachtschlaf (Einschlaflatenz, Schlafqualität, Schlaffeffizienz) und Arousal-Regulation. Es zeigte sich, dass bei Probanden mit depressiven Symptomen sowohl Schlafprobleme in der Nacht als auch eine erhöhte Wachheit (hyperstabile Arousal-Regulation) im Tagesverlauf zu finden sind. Ein Manuskript ist erschienen im „World Journal of Biological Psychiatry“, Ergebnisse wurden auf Fachkongressen (DGSM und DGPPN 2016) präsentiert.

### ***Wachheits-Regulation und Erschöpfung bei depressiven Patienten***

In diesem Projekt soll das Erschöpfungs-Erleben (Fatigue) depressiver Patienten untersucht werden. Hintergrund ist die Annahme, dass im Kontext depressiver Episoden vor al-

lem eine sog. „hyper-aroused fatigue“ zu finden ist, d.h. subjektives Gefühl von Erschöpfung und Müdigkeit ohne objektiv nachweisbare Schläfrigkeit. Ein Teil der Patienten zeigt jedoch den sog. „hypo-aroused fatigue“, d.h. zusätzlich zu Erschöpfung berichten Patienten von erhöhter Schläfrigkeit, welche auch objektiv erfasst werden konnte.

Ergebnisse dieser Untersuchung im Rahmen der Kooperation zwischen Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Deutsche Bahn Stiftung wurden beim DGSM-Kongress in Dresden vorgestellt.

### Weitere Forschungsprojekte

#### **PAN PSYK-Studie**

In diesem Forschungsprojekt, das von der Sächsischen Aufbaubank gefördert wird und bis 2018 läuft, werden Routine-Daten von zwei Krankenkassen analysiert. Ziel ist es, eine Plattform bzw. Vorhersagemodell zu entwickeln, mit dem potenzielle Patienten in einem frühen Stadium identifiziert und Hilfen bzw. Behandlungsmöglichkeiten angeboten werden könnten. Die Stiftung ist hier als psychiatrischer bzw. psychologischer Experte im Konsortium dabei. Der Ethikantrag für die Studie ist erfolgt, das Datenschutzkonzept finalisiert. Die Analyse des ersten Datensets hat in 2016 begonnen.

## **II Versorgungsnahe Projekte**

### **Deutsche Übersetzung des ersten WHO-Reports zur Suizidprävention**



Der im Herbst 2014 von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) veröffentlichte Bericht „Suizidprävention: Eine globale Herausforderung“ ist der erste umfassende Bericht der WHO zu diesem Thema. In Absprache mit der WHO und im Rahmen der Kooperation mit der Deutsche Bahn Stiftung übernahm die Stiftung Deutsche Depressionshilfe die Übersetzung und Verbreitung im deutschsprachigen Raum. Nach Veröffentlichung einer Kurzversion im Herbst 2015 konnte zum Welt-Suizid-Präventionstag am 10. September 2016 die Langform fertiggestellt und im Netzwerk verteilt bzw. in Folge auch der Öffentlichkeit vorgestellt werden. Seither ist der Bericht im Online-Shop der Stiftung Deutsche Depressionshilfe/des Deutschen Bündnisses gegen Depression e.V. unter [www.deutsche-depressionshilfe.de/infomaterial](http://www.deutsche-depressionshilfe.de/infomaterial) für eine Schutzgebühr von 4,95 Euro bestellbar.

Der Bericht gibt sowohl einen Überblick über den aktuellen Wissensstand zu suizidalem Verhalten als auch zu Risiko- und Schutzfaktoren. Es werden zudem Aktionen und Maßnahmen vorgestellt, wie Suizidprävention gelingen kann – z.B. durch einen erschwerten Zugang zu tödlichen Methoden, durch die Beseitigung von Versorgungsengpässen für Menschen mit psychischen Erkrankungen, die Förderung von verantwortungsvoller Medienberichterstattung zur Reduzierung von Nachahmungstaten oder die Schulung von Multiplikatoren. In diesem Zusammenhang findet auch das von der Stiftung Deutsche Depressionshilfe für lokale Bündnisse angebotene 4-Ebenen-Interventionskonzept Erwähnung, das

neben Deutschland auch in vielen weiteren europäischen Ländern sowie in Kanada und Chile umgesetzt wird.

### Info-Telefon Depression



FOTO: SANDRA DIETRICH FÜR SDD

Das bundesweite Info-Telefon Depression, das im Rahmen der Kooperation mit der Deutsche Bahn Stiftung im September 2014 gestartet wurde, konnte 2016 ganzjährig fortgesetzt werden. Zu erreichen ist die für den Anrufer kostenfreie Info-Nummer 0800 33 44 5 33 jeweils Montag, Dienstag und Donnerstag von 13.00 bis 17.00 Uhr und Mittwoch und Freitag von 8.30 bis 12.30 Uhr.

Auch in 2016 wurde das Angebot weiter gut angenommen. Ende September konnte dem 3.333sten Anrufer geholfen werden. Bis zum Jahresende kamen knapp 500 weitere hinzu. Die Betroffenen und Angehörigen, die sich etwa zu gleichen Anteilen melden (siehe Abb. in Folge), erhalten vom psychologischen Info-Telefon-Team z.B. Informationen über die Erkrankung, deren Behandlung und gängige Hilfsangebote.

Im Frühjahr 2016 wurde die Besetzung des Info-Telefons personell leicht ausgeweitet, so dass hochfrequentierte Anrufzeiten doppelt besetzt und somit einer noch größeren Anzahl von Anrufern geholfen werden konnte. Dies war durch die Finanzierung im Rahmen der Kooperation mit der Deutsche Bahn Stiftung sowie eine Spendenaktion Ende 2015 bei

betterplace.org möglich. Die Spendenaktion wurde Ende 2016 wiederholt.

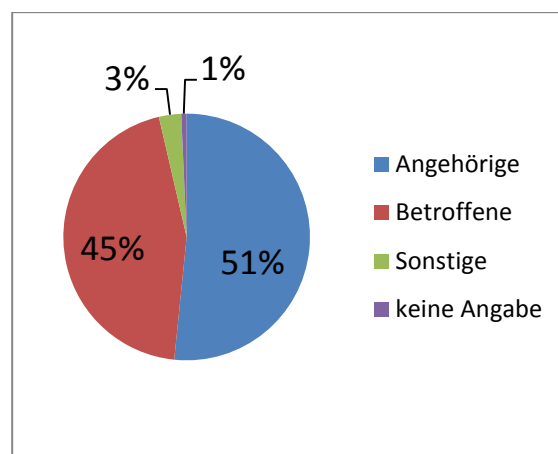


Abb.: Anrufer-Typen beim Info-Telefon Depression

### Psychosoziales Coaching für Langzeitarbeitslose

Mehr als zwei Drittel der Langzeitarbeitslosen über 50 Jahre sind unerkannterweise psychisch erkrankt – nicht in Folge ihrer Arbeitslosigkeit. Sie kommen vielmehr aufgrund ihrer Erkrankung nicht aus der Arbeitslosigkeit heraus. Hier existiert ein großer Hebel, um Erkrankten direkt professionelle Hilfe zukommen zu lassen. Dies zeigte das Pilotprojekt des Psychosozialen Coachings in Leipzig. In Folge der Behandlung konnten Langzeitarbeitslose wieder am Arbeitsleben teilnehmen. Seit der Gründung der Koordinationsstelle für die Ausweitung des in Leipzig erfolgreichen Pilotprojektes „Psychosoziales Coaching für Langzeitarbeitslose über 50“ auf andere Städte und Regionen Deutschlands im Jahr 2015 wurden die Aktivitäten 2016 im Rahmen der Kooperation mit der Deutsche Bahn Stiftung fortgesetzt: Dazu wurden im ersten Schritt Jobcenter auf das Projekt aufmerksam gemacht. Sofern nach den Sondierungsgesprächen im zweiten Schritt ein eigenes psychosoziales Coaching aufgebaut werden soll, erhielten die interessierten Kolleginnen und Kollegen Unterstützung in der Planungs- und





Implementierungsphase, u.a. Schulungen für Vermittlungskräfte und der Lotsen inkl. Schulungs- und Arbeitsunterlagen sowie das Werbematerial zur Bekanntmachung.

Am Ende des Jahres 2016 zeigt das Projekt einen stetig wachsenden Kreis an Partnern und Interessenten. Zum 1.1.2017 kommt das Projekt mit den Jobcenter Berlin-Lichtenberg erstmals auch in die Hauptstadt. Insgesamt konnte bisher Langzeitarbeitslosen in den Regionen Leipzig, Dortmund, Hildesheim, Marburg geholfen werden. In sechs weiteren Regionen laufen Kooperationsgespräche.

Im November 2016 wurde zudem eine Schulung mit projektbezogenen Inhalten beim Bildungsträger Grone in Hamburg abgehalten. Für die Aktivitäten in Leipzig konnte durch bisherige Evaluationsaktivitäten gezeigt werden, dass gut 30 Prozent der am psychosozialen Coaching teilnehmenden Langzeitarbeitslosen wieder in Arbeit vermittelt werden konnten. Für eine Follow-Up Evaluation der Leipziger Coaching-Teilnehmer wurde ein Ethikantrag eingereicht und die Datensammlung begonnen, wobei dies im Rahmen einer Promotionsarbeit erfolgt.

### Schulungen in den Bahnhofsmissionen

Das Schulungsprojekt mit den ehrenamtlichen Mitarbeitern der Bahnhofsmissionen erfreute sich auch in 2016 einer großen Nachfrage. Bis zum Dezember fanden 16 Schulungen mit mehr als 250 Teilnehmenden statt. Die Workshops wurden im Rahmen der Kooperation mit der Deutsche Bahn Stiftung und der Konferenz Kirchlicher Bahnhofsmission abgehalten.

Um die Zufriedenheit mit den Schulungen zu erfassen, wurde jeweils im Anschluss an die Schulungen ein kurzer Fragebogen an die Leitungen der Bahnhofsmissionen geschickt, der positives Feedback abbildete und darüber hinaus auch einige Ideen und Wünsche für die

weitere Gestaltung lieferte: *„Die angesetzte Zeit wurde sogar überschritten, dem Feedback der ehrenamtlichen Mitarbeiter war zu entnehmen, dass ihnen durch die Bank weg neue Informationen/Impulse und Wissen näher gebracht bekamen.“* Oder: *„Ich für meinen Teil muss sagen, dass ich sehr positiv überrascht war. Es war eine sehr interaktive Schulung, die immer wieder mit praktischen Erfahrungen untermalt wurde und so sehr lebendig und alltagsnah war.“*



Ein weiterer wichtiger Arbeitsschwerpunkt in 2016 war neben den Präsenz-Workshops die Finalisierung der in 2015 angefertigten Online-Schulung mit den zuvor erprobten Workshop-Inhalten. Es können so zukünftig unabhängig von Trainerinnen und Trainern vor Ort, die Kenntnisse an neue Standorte weitergegeben sowie in bisher bereits beschulten Standorten aufgefrischt werden – z. B. wenn neue Ehrenamtliche zum Team hinzustoßen. Das Online-Training für Bahnhofsmissionen ist durch die Kooperation mit der Deutsche Bahn Stiftung kostenfrei und auf der Internetseite der Stiftung Deutsche Depressionshilfe bundesweit passwortgeschützt abrufbar.

Im erweiterten Pilot-Projekt Leipzig fand am 20. April 2016 eine zweite Informations- und Vernetzungsveranstaltung mit Fachvortrag für Bahnhofsmission, Bundespolizei, Leipziger Bündnis gegen Depression e.V. und DB Service statt. Für den Einsatz vor Ort wurde ein Fak-



tenblatt zu regionalen Anlaufstellen in psychischen Krisensituationen entwickelt.

## iFightDepression – Ausweitung in Deutschland

Im Jahr 2016 konnte die zweite, überarbeitete und aktualisierte Version des 2013 entwickelten „iFightDepression“ Selbstmanagement Tools in Betrieb genommen werden.



Abb.: Login-Seite des iFightDepression Tools

Im Juni 2016 konnte die deutsche Version des internationalen Programms in Gebrauch genommen werden, was zunächst im Rahmen der im Forschungszentrum der Stiftung Deutsche Depressionshilfe durchgeführten Studie „GET.STARTED“ erfolgte.

Darüber hinaus wurde zur aktualisierten Programmversion ein internetbasiertes Online-Training für begleitende Ärzte bzw. Therapeuten entwickelt, programmiert und getestet. Dieses Training, das den Zertifizierungsprozess bei der Sächsischen Landesärztekammer mit der Anerkennung von zwei Fortbildungspunkten für die Teilnehmer durchlaufen hat, steht seit Oktober 2016 Ärzten und Psychotherapeuten zur Verfügung, die iFightDepression in Frage kommenden Patienten anbieten und sie bei der Nutzung begleiten möchten. Im Rahmen einer Pressekonferenz mit zugehöriger Pressemitteilung fand im Umfeld des World Mental Health Day und European Depression Day am 28. Oktober der offizielle „kick-off“ zur bundesweiten Nutzung statt.



Abb.: Der DGPPN-Kongress im Berliner City Cube

FOTO: NICOLE KOBURGER FÜR SDD

„iFightDepression“ Tool und Training wurden in 2016 auf diversen Konferenzen, Fachvorträgen und Netzwerkveranstaltungen vorgestellt, u.a. mit einem Symposiumsbeitrag auf der jährlichen, bundesweit bedeutsamen Konferenz der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) am 24.11.2016.

Darüber hinaus nahmen insbesondere im letzten Quartal 2016 die mediale Aufmerksamkeit sowie die Aktivitäten in den Social-Media-Kanälen der Stiftung Deutsche Depressionshilfe mit Bezug auf „iFightDepression“ zu. Printprodukte, wie ein allgemeiner Flyer zu „iFightDepression“ und ein zielgruppenbezogener Flyer für Ärzte und Psychotherapeuten, unterstützten die Implementierung und weiterführende Verbreitung seit dem kick-off maßgeblich. Ein weiterer wichtiger Ausweitungskanal ist das bestehende Netzwerk über die regionalen Bündnisse gegen Depression.

Das iFightDepression Tool und die iFightDepression® Internetseite sind Produkte der European Alliance Against Depression. Hier ist die Stiftung Deutsche Depressionshilfe Mitglied. Die deutschen Versionen obliegen daher der Verantwortung der Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Sie wurden in Deutschland im Rahmen der Kooperation zwischen der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und der Deutsche Bahn Stiftung weiterentwickelt und an den Start gebracht.

## Förderung regionaler Bündnisse

Die erfolgreiche Förderung von konkreten Projektvorhaben regionaler Depressionsbündnisse, die unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe agieren, konnte in 2016 fortgesetzt werden. Im Rahmen der Kooperation der Stiftung Deutsche Depressionshilfe mit der Deutsche Bahn Stiftung konnten zehn konkrete Einzelprojekte gefördert und eine Aufbauunterstützung umgesetzt werden.

Es wurden folgende Aktivitäten durchgeführt:

Bündnis gegen Depression in	Förderung für...
Groß Gerau	Relaunch & Ausbau der regionalen Webseite
München	Kreative Schreibwerkstatt Menschen mit Depressionserfahrung und ihre Angehörigen
Hildesheim	5. Hildesheimer Solidaritätslauf am 14.8.2016
Herne	Übersetzung regionaler Adressflyer (engl., russ., arab., türk)
Bündnis gegen Depression in	Förderung für...
Bündnis gegen Depression in	Förderung für...
Paderborn	Praxiskurse für Betroffene in Kooperation mit der Volkshochschule (Laufen, Entspannung, Singen)
Bonn	Symposium zum 10-jährigen Bündnisjubiläum am 13.04.2016; Thema: Depression im Alter: Was bedeutet das für Pflegende und Angehörige?
Fulda	Kids 2 day: Angebote für Kinder psychisch kranker Eltern
Leipzig	Train-the-Trainer: Schulung von Referenten (28.01.2017)

Freiburg	Bildungsangebot für LehrerInnen und SchülerInnen: psychische Erkrankung, Schwerpunkt: Depression (Infoveranstaltung, Workshops, Schülerkongress)
Plauen	Flyer und öffentliche Veranstaltung
Frankfurt am Main (Anschub)	Anschubfinanzierung (Auf-taktveranstaltung: 21. Januar 2016)

Darüber hinaus konnte im Rahmen der Kooperation mit der Deutsche Bahn Stiftung auch die Arbeit der Bündniszentrale in 2016 anteilig finanziell gefördert werden.



Abb.: Das Train-The-Trainer-Seminar in Leipzig

FOTO: NICOLE KOBURGER FÜR SDD

## Weitere Projekte der Stiftung Deutsche Depressionshilfe

### **Fortführung des Kooperationsprojektes „Telefonisches Betreuungsprogramm Depression mit der Central Versicherung“**

Seit 2010 unterstützt die Stiftung Deutsche Depressionshilfe die Central Versicherung und deren medizinischen Dienstleister mit einem telefonischen Betreuungskonzept für Central-Versicherte mit einer Depressionserkrankung. Hier werden vor allem Anlaufstellen vor Ort vermittelt – in Kooperation mit regionalen Bündnispartnern des Deutschen Bündnis gegen Depression e.V. Diese erstellen im Rahmen des Projektes Broschüren mit Basisinfor-

mationen zur Erkrankung und lokalen Ansprechpartnern, die den Versicherten der Central Versicherung zur Verfügung gestellt werden.

### **„Internetbasiertes Selbstmanagementprogramm Depression“ für Versicherte der BARMER**

Mit dem Programm „Meine Depressionshilfe“ werden Versicherte der BARMER angesprochen, die mit einer unipolaren Depression vom Haus- oder Facharzt diagnostiziert wurden und deren leichter Schweregrad der Krankheit onlinebasierte Kommunikationsformen zulassen. Das Programm vermittelt Betroffenen Informationen zur Krankheit und den verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten. Zudem hilft es, die Wartezeit auf einen Termin bei einem Facharzt bzw. auf eine Psychotherapie zu überbrücken. Das Programm will dazu beitragen, das Selbsthilfepotenzial, die Akzeptanz der Erkrankung und die Kompetenz im Umgang mit einer Depression zu fördern.

Aufgrund von Umstrukturierungsmaßnahmen innerhalb der BARMER und damit einhergehenden Schwierigkeiten bei der Teilnehmerrekrutierung wurde 2015 in Abstimmung mit der Krankenversicherung eine Änderung der Rekrutierungsprozedur vereinbart und umgesetzt.

### **Friedemann-Weigle-Programm**

Das 2015 gemeinsam mit Familie und Freunden des verstorbenen Bratschisten Friedemann Weigle ins Leben gerufene Programm wurde 2016 fortgeführt. Anlässlich des 1. Todestages im Sommer 2016 spielten Weggefährten und Familienmitglieder in seiner Heimatkirche in Berlin-Buch ein sehr bewegendes Gedenkkonzert, dessen Spendeneinnahmen dankenswerterweise auch dem Programm zu Gute kamen. Es ist seiner Familie, Freunden und Kollegen ein großes Anliegen, anderen Musikern mit der gleichen Erkrankung zu helfen.

Ziel des Programms ist daher zunächst die Aufklärung speziell von Künstlern über die Erkrankung und ihre Behandlungsmöglichkeiten.

Die in 2015 erstellte, kostenfreie Broschüre mit kompakten Informationen zu Symptomen und Behandlungsmöglichkeiten wurde 2016 stark von Kultureinrichtungen nachgefragt. Bekanntgemacht wurden das Friedemann-Weigle-Programm und der Flyer durch Interviews, Berichte in Radio/TV und im Herbst 2016 in einem Autorenartikel in der Zeitung des Deutschen Kulturrats. Daraus resultierende Anfragen machten es möglich, direkt interessierte Kultureinrichtungen wie z.B. die Musikhochschulen in München oder Hamburg, Konzerthäuser sowie weitere Stiftungen und Verbände ohne Streuverluste zu erreichen.

Die neu gewonnene Projektkoordinatorin konnte zudem einen Vortrag für Anfang 2017 beim Symposium „Ressource Musik“ anbahnen, um u.a. auch die Deutsche Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin zu kontaktieren und den Aufbau eines Ärztenetzwerkes für an Depression erkrankte Musiker dort zu diskutieren. Zudem konnte mit einem Arzt/Psychiater, der sich auf die Besonderheiten von psychischen Erkrankungen bei Musikern/Künstlern spezialisiert hat, ein wichtiger Experte gewonnen werden, um das Programm zu entwickeln. Auch mit den Vertretern des Stiftungsrates und den lokalen Bündnissen gegen Depression wurden mögliche Umsetzungen beraten.

### III Aufklärungs-/Öffentlichkeitsarbeit

#### Aufklärungsarbeit vor Ort: Vorträge und Aktionen

Neben Schulungsveranstaltungen zu psychischen Erkrankungen für Führungskräfte und Mitarbeiter in **Unternehmen und Institutionen** sorgte die Stiftung Deutsche Depressionshilfe 2016 auch mit Vorträgen auf Kongressen zur betrieblichen Gesundheitsvorsorge im Unternehmensbereich für mehr Aufklärung und Wissen. Ob beim Kongress „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ im Oktober in Düsseldorf oder im Februar bei der „Corporate Health Convention“ in Mannheim – das Interesse von Unternehmensvertretern am Thema Depression war hoch.



Abb.: Vortrag bei Corporate Health Convention

FOTOS: RALF BECKERS / SPRING MESSE MANAGEMENT

Diese Präsentationen zogen weitere Presseanfragen und Interviews rund um das Thema Depression und Arbeit nach sich, z.B. in Form eines Interviews im Blog „Zukunft Personal“ sowie Vortragsanfragen für 2017. Weitere wichtige Zielgruppen wie Vertreter von Krankenkassen und Medien, Multiplikatoren und Gesundheitspolitiker erreichte die Stiftung mit ihrer Vortragsarbeit ebenfalls – vom Kassengipfel in Berlin bis zur Digitalakademie Bitkom oder dem Kongress Health3.0.

Auch die **allgemeine Öffentlichkeit** konnte in insgesamt über 20 Vortragsterminen angesprochen und informiert werden. Auf beson-

ders großen Zuspruch stieß das Thema z. B. beim Katholikentag und dem Deutschen Stiftungstag, die 2016 beide in Leipzig zu Gast waren. Dort war die Stiftung mit einem Infostand vertreten und konnte neue Kontakte knüpfen.

Darüber hinaus waren Prof. Hegerl bzw. Stiftungsvertreter als Podiumsgäste oder Referenten bei diversen **Fachpodien** und stellten die Kooperationsstudien bei Kongressen per Vortrag oder Posterpräsentation vor. Zudem war die Stiftung auch vor Fachpublikum per Informationsstand vertreten, um über ihre Arbeit inklusive der Kooperationsprojekte aufmerksam zu machen.

#### Abb.: Am Stiftungsstand

beim DGPPN in Berlin 2016; FOTO: SDD



So stand z.B. im Herbst auf dem DGPPN-Kongress, dem größten europäischen Fachtreffen zum Thema psychische Erkrankungen, bei den teilnehmenden Psychiatern und Psychologen das gerade in Deutschland gestartete iFightDepression-Tool für Ärzte im Fokus beim Infostand. Auch auf der Herbsttagung der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention zur Rolle der Hausärzte waren wir vertreten.

Damit standen 34 Vorträge für Fachpublikum wie auch die allgemeine Öffentlichkeit 2016 auf der Agenda.

#### Aktionen

Auch mit Hilfe von Aktionen wurde auf die Erkrankung aufmerksam gemacht: Zum **Welt-Suizid-Präventionstag** am 10. September 2016 konnte mit Unterstützung der Deutsche Bahn Stiftung nicht nur die deutsche Langfassung des WHO-Suizidpräventionsberichts erstmals vorgelegt werden. Zudem unterstützten wir gemeinsam mit dem Jugendforum



FIDEO auch die Aktion vieler Organisationen **„600 LEBEN“**. Vor dem Brandenburger Tor versammelten sich ca. 600 Menschen stellvertretend für 600 Personen unter 25 Jahren, die jedes Jahr ihr Leben durch Suizid verlieren. Prominente aus Politik und Medien beteiligten sich. So stellten wir dabei erstmals auch unsere **neue Botschafterin für die junge Zielgruppe**, Tattoo-Model **Victoria van Violence** vor (s.u.).



Abb.: Victoria v. Violence bei der Aktion „600 Leben“

FOTO: SDD

### Aufklärungsarbeit: Neue Botschafterin für die junge Zielgruppe

Die bekannte Moderatorin, Bloggerin und Alternativmodell aus Berlin, Victoria van Violence, sprach anlässlich des Welt-Suizidpräventions-Tages 2016 nicht nur erstmalig öffentlich über ihre Depressionserkrankung, sondern verknüpfte dies auch mit der Ankündigung ihres Engagement für die Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Um gemeinsam wichtige Aufklärungsarbeit über die Erkrankung Depression zu leisten, greift Victoria van Violence das Thema in ihren Video-Tagebüchern kontinuierlich auf und wird vor allem bei der Beantwortung der Fragen und Kommentare von den Experten der Stiftung Deutsche Depressionshilfe unterstützt. Stellvertretend für viele Betroffene spricht sie in den Medien über die Erkrankung und leistet wichtige Vorbildfunktion bei jungen Zielgruppen, sich professionelle Hilfe bei der Erkrankung Depression zu holen. „Wir freuen uns sehr, mit Victoria van Violence eine in der

jungen Zielgruppe verankerte Persönlichkeit für die Aufklärungsarbeit gewonnen zu haben. Ihre tabubrechenden Erfahrungsberichte schaffen Identifikation und senken Hürden, sich selbst Hilfe zu holen. Denn es wird schnell klar: Depression kann jeden treffen, auch bekannte Vorbilder. Wenn Prominente so offen über ihre Erkrankung sprechen, stoßen diese Botschaften breit auf Gehör und wirken damit auch Vorurteilen und Diskriminierung entgegen“, so Stiftungs-Vorstand Prof. Hegerl.

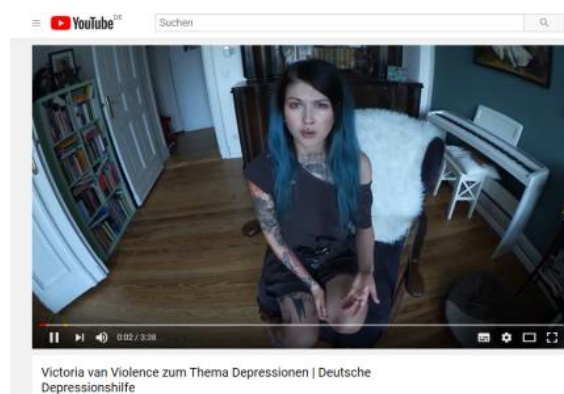


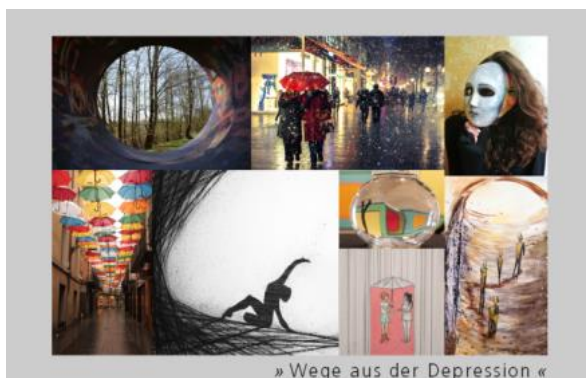
Abb.: Victoria v. Violence im Video-Blog zu Depression

FOTO: SCREENSHOT

<https://www.youtube.com/watch?v=ZBNlmkxrwI4&feature=youtu.be>

### Wanderausstellung

Die Gewinnerbilder der Fotowettbewerbe zum Patientenkongress Depression 2011, 2013 und 2015 zeigen „Wege aus der Depression“ und sind kontinuierlich auf Wanderschaft quer durch Deutschland. Die Wanderausstellung der Stiftung Deutsche Depressionshilfe war 2016 für das gesamte Jahr ausgebucht. Das Ausleihen der 20 Werke von Betroffenen ist kostenfrei, lediglich ein versicherter Weitertransport zum nächsten Ausleiher muss übernommen werden. Die Bilder werden mit den Original-Begleittexten ausgestellt und geben Impulse und Gesprächsstoff rund um die Erkrankung bei Eröffnungen und Infoveranstaltungen – ein wichtiger Beitrag zu mehr Aufklärung und Entstigmatisierung.



Bilder: Katrin Meinhardt, Jeannine Suerdieck, Marius Vieth, Manuela Illner, Sandra Heilig, Tsau-Yu Hsieh, Julia Kranich, Katy Schnee

Im September 2016 gastierten die Bilder z.B. im Rathaus Gifhorn als Rahmen für drei Vortragsveranstaltungen zum Thema „Depression und Migration“ und im Oktober in Meckesheim zum Welttag der seelischen Gesundheit in einer Werkstatt für psychisch eingeschränkte Menschen. Im Juli war die Ausstellung im Landratsamt Cham zu sehen, und zwar im Rahmen einer Präventions-Veranstaltung mit Infostand zum Thema Depression insbesondere für Schulklassen.

### Mut-Tour

Ebenfalls bundesweit unterwegs war die Fahrradtour MUT-TOUR. Die Stiftung



FOTO: MUT-TOUR

Deutsche Depressionshilfe ist seit 2012 Schirmdame der Aktion. Ziel der Tour ist es, Menschen mit und ohne Depression gemeinsam in Bewegung zu bringen und die Erkrankung ins öffentliche Bewusstsein zu rücken. 2016 radelten 52 Tandemfahrer in vier Teams 7.300 km und durchquerten dabei über 70 Städte. Bei der Staffelfahrt von Juni bis September wurden diesmal sogar Teilstrecken mit dem Kajak und zwei Eseln zurückgelegt. In vielen Städten wie z.B. am 18. Juni in Leipzig gab es Informationsstände der regionalen

Bündnisse gegen Depression, die über die Erkrankung aufklären und Info-Material verteilen. In Leipzig war ein Stiftungsteam sowohl am Stand als auch beim Radeln einer Etappe Richtung Halle mit dabei, um gemeinsam ein Zeichen gegen Depression zu setzen.

### Fields for Hope

Ein weiteres starkes Zeichen gegen Depression setzen wir seit 2012 alljährlich vor unserer Haustür: Unter dem Dach der US-amerikanischen Organisation iFred



Foundation for Research and Education on



Depression) pflanzen wir im Frühjahr nun schon zum fünften Mal Sonnenblumen vor das Zentrum für Psychische Gesundheit als **Zeichen der Hoffnung** und

gegen Ausgrenzung von an Depression Erkrankten.

FOTOS: SDD/SANDRA DIETRICH

### Bundesweiter Vorlesetag

Am 18. November fand der bundesweite Vorlesetag statt. Die Initiative, die von der Deutsche Bahn Stiftung, der Wochenzeitung DIE ZEIT und der Stiftung Lesen getragen wird, will ein Zeichen dafür setzen, wie wichtig Vorlesen und ehrenamtliches Engagement sind. Wir finden, das ist eine tolle Initiative, und so haben sich abermals Mitarbeiterinnen der Stiftung Deutsche Depressionshilfe am Vorlesetag beteiligt – vor allem in kinderpsychiatrischen Einrichtungen wie der hiesigen Klinik

oder beim Wege e.V./Auryn, die sich um Kinder psychisch erkrankter Eltern kümmern.

## Öffentlichkeitsarbeit

### Aufklärungskampagnen über Depression

#### TV-Spot (Social-)Kampagne

Um die breite Öffentlichkeit zu erreichen, wurde 2015 mit der Filmakademie Baden-Württemberg ein TV-Spot produziert. Am Ende des Spots wird als Anlaufstelle die Website der Stiftung Deutsche Depressionshilfe genannt und der Hinweis auf uns als Absender sowie auf den Partner Deutsche Bahn Stiftung angezeigt. Der Spot wurde 2016 als Social Spot 57 Mal ins TV gebracht.



Abb.: Screenshot TV-Trailer

Online steht der Spot unter [www.youtube.com/depressionshilfe](http://www.youtube.com/depressionshilfe) sowie auf der Stiftungs-Homepage [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de) zur Verfügung. Mit Unterstützung einer der betterplace-Aktionen der Deutsche Bahn Stiftung konnte der Spot zudem auf verschiedene regionale Kinoversion angepasst werden, die von den Bündnissen gegen Depression in lokalen Kinos zum Einsatz gebracht wurden.

#### Plakatkampagne

Die Plakatkampagne mit Harald Schmidt kam 2016 anlässlich des 10. Geburtstages des Bündnisses gegen Depression in Wuppertal im März zum Einsatz.



Abb.: Die Plakatkampagne in Wuppertal

FOTO: WUPPERTALER BÜNDNIS

## Multimediale Kampagnen

Außerdem haben wir die am 10. Oktober 2016 zum Internationalen Tag der seelischen Gesundheit gestartete Medien-Kampagne **„Bitte stör mich! Aktiv gegen Depression“ des Gesundheits- und Pflegeministeriums Bayern** unterstützt. Die Aktion fordert dazu auf, Menschen, die an einer Depression erkrankt sind, nicht allein zu lassen. Zum Auftakt der Kampagne gab es Radio-Spots und einen Kurzfilm, der in den sozialen Medien und an bayerischen Bahnhöfen zu sehen war. Auf der Website kamen zudem Betroffene zu Wort, die wir vermitteln konnten.

## Filmprojekt/Online-Plattform

Ein Jahr im Leben von Menschen mit Depression: Am 8. Juni war nach zweijähriger Drehzeit erstmals unser **Dokumentarfilm „Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag“** in Berlin zu sehen. Anschließend diskutierten die Filmemacher Michaela Kirst und Axel Schmidt, der Buch-Autor Alexander Wendt und Prof. Hegerl über Film und Thematik.



Abb.: Prof. Hegerl bei der Film-Premiere;

FOTO: SDD

Ergänzend zum Dokumentarfilm gibt es einen Informationsfilm, der alle wichtigen Fragen zur Erkrankung beantwortet. Seit November 2016 sind beide Filme auf DVD erhältlich. Zeitgleich startete eine deutschlandweite Filmtournee mit den Bündnissen. Zudem wird eine interaktive Web-Plattform entstehen. Das Filmprojekt und die dazugehörige Online-Plattform werden vom AOK-Bundesverband gefördert.

#### Radio-Social-Spot

Auch der Social Spot fürs Radio mit Stiftungsschirmherr Harald Schmidt und Stiftungsratsmitglied Dr. Eckart von Hirschhausen kam 2016 zum Einsatz. Erstmals strahlten auch



lokale Sender in Rheinland-Pfalz, Hessen, Saarland und Brandenburg die Spots aus.

## Informationskanäle der Stiftung:

### Newsletter



Ende 2016 hatten über 12.000 Empfänger den monatlichen kostenfreien Newsletter der Stiftung Deutsche Depressionshilfe abonniert. Dieser informiert über Neuigkeiten von der Stif-

tung, über Wissenswertes aus Forschung und Presse sowie zu regionalen Veranstaltungen und Projekten. Die kontinuierlich wachsende Zahl zeigt: Immer mehr Menschen möchten sich regelmäßig über die Erkrankung auf dem Laufenden halten.

### Social Media

Das gilt auch für die Sozialen Medien-Angebote der Stiftung:

[www.facebook.com/DeutscheDepressionshilfe](http://www.facebook.com/DeutscheDepressionshilfe)

Seit knapp fünf Jahren ist die Stiftung auf der Social-Media-Plattform **Facebook** aktiv. Im September 2016 erreichten wir erstmals über 5.000 „Likes“ (Abonnenten). Das sind ca. 2.000 mehr als ein Jahr zuvor.

Auch der Kurznachrichtendienst **Twitter** wird unter [https://twitter.com/depr\\_hilfe](https://twitter.com/depr_hilfe) regelmäßig mit Neuigkeiten aus der Kooperation gepflegt.

Seit Herbst 2015 betreibt die Stiftung unter ihrem Dach zudem einen **Instagram**-Account, worüber kostenlos Fotos geteilt werden. Die Plattform gewinnt bei der jungen Zielgruppe zunehmend an Bedeutung. Ende des ersten Jahres abonnierten rund 600 Nutzer unseren Instagram-Kanal zum Thema Depression [www.instagram.com/stark\\_gegen\\_depression/](http://www.instagram.com/stark_gegen_depression/)  
Tendenz: deutlich steigend.

### Homepage

<http://www.deutsche-depressionshilfe.de/>

Um der wachsenden Zahl der Smartphone- und Tablet-Nutzer gerecht zu werden, wurde 2015 mit der Überarbeitung unserer Website begonnen, so dass Inhalte noch besser auf mobilen



Endgeräten dargestellt werden können. Allerdings waren die Arbeiten durch die gleichzeitige Umstellung auf ein neues Content Management-System (alle bestehenden Inhalte mussten neu eingegeben werden) zeitaufwendig, sodass die Veröffentlichung der neuen Website für Anfang 2017 eingeplant werden muss.

### Medienarbeit

Auch 2016 führte die Stiftung ihre intensive Medienarbeit fort, um das Wissen über die Depression als Erkrankung, über ihre Symptome und Behandlungsmethoden zu erhöhen. Ebenso stand die Entstigmatisierung im Fokus der Arbeit, damit mehr Menschen sich trauen, professionelle Hilfe aufzusuchen. Mit Hintergrundinformationen, Statements zur Einordnung, der Vermittlung von Experten und Betroffenen bzw. Angehörigen als Interviewpartner sowie einer aktiven Themensetzung positionierte sich die Stiftung Deutsche Depressionshilfe als führende Anlaufstelle rund um das Thema.

2016 versorgten wir die Medienvertreter mit **neun Pressemitteilungen**, mit denen wir aktiv auf neue Themen aus unseren Projekten oder unsere Positionen aufmerksam machten:

- Oktober 2016: Deutsche Version von iFightDepression geht zum Europäischen Depressionstag online (erschieden im Rahmen einer gemeinsam mit der European Depression Association durchgeführten Pressekonferenz)

- September 2016: Neue Stiftungsbotschafterin Victoria v. Violence
- September 2016 zum Welt-Suizid-Präventionstag: Deutsche Bahn Stiftung und Stiftung Deutsche Depressionshilfe fordern bessere und frühzeitige Versorgung
- September 2016: Stiftung Deutsche Depressionshilfe legt deutsche Übersetzung des WHO-Suizidpräventionsberichts vor
- Juli 2016: Stellungnahme zum Amoklauf von München: Depression ist nicht die Ursache für den Amoklauf
- Juni 2016: Stellungnahme und Berichterstattungshinweise zum Tod des ehemaligen Bundesliga-Trainers Sascha Lewandowski
- Juni 2016: Dokumentarfilm über Depression „Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag“ feiert in Berlin Premiere
- April 2016: Volkskrankheit Depression – Hilfen per Internet, Telefon und vor Ort
- März 2016: Psychosoziales Coaching bringt Langzeitarbeitslose wieder in Arbeit (Auswertung Pilotprojekt Leipzig).

Insgesamt sind 2016 mehr als **650 Medienberichte** mit Bezug zur Stiftung Deutsche Depressionshilfe erschienen. Das heißt, wir konnten das Thema Depression täglich 1,7 Mal in die Medien bringen.

Darüber hinaus gaben wir, im Fall von Prominenten-Suiziden, jeweils aktiv **Empfehlungen für die Berichterstattung zur Vermeidung von Nachahmungstaten** heraus.

### Presse-Workshops

Zu diesem wichtigen Thema ging 2016 auch unser **Presse-Workshop zur stigmafreien Berichterstattung und zur Reduzierung**

**von Nachahmungstaten** in „Serie“. Gemeinsam mit der Deutsche Bahn Stiftung luden wir am 27. April in den Bahntower nach Berlin. Und am 26. Oktober waren beide Stiftungen zu Gast beim RBB in Berlin, wo wir in der Fortbildungsreihe „RBB-Input“ TV-, Radio-



**Abb.: Beim Presse-Workshop am 27.4.2016 in Berlin**  
FOTO: SDD

und Online-Journalisten zum informierten.

Neben der Weiterbildung waren wir auch in der **Ausbildung** aktiv und unterstützten z.B. Schüler der Deutschen Journalistenschule in München mit inhaltlicher Expertise bei der Realisierung eines besonderen Wissenschaftsprojektes: In Reportagen, Essays und Features haben sich die jungen Journalisten dem Thema Depression angenähert. [www.depression-begreifen.de](http://www.depression-begreifen.de)

### IV Fundraising – besondere Spendenaktionen in 2016

#### Verdopplungsaktion der Deutsche Bahn Stiftung zu Ostern und im Advent

Nach der Osteraktion verdoppelte die Deutsche Bahn Stiftung auch im Dezember 2016 auf der Plattform betterplace jeden gespendeten Euro für ihre Kooperationspartner bis zu einer Höhe von 200 Euro. Wir konnten die eingegangenen Spenden für die Aktualisierung unserer Online-Liste der Kliniken und Krisendienste zum Einsatz bringen und das Team unseres Info-Telefons zu anrufintensiven Zeiten verstärken.

## Spenden-Mailing

Am 22. Juli 2016 hielt ganz Deutschland aufgrund des Amoklaufs in München und seiner schrecklichen Folgen den Atem an – insbesondere aber die an Depression Erkrankten und ihre Angehörigen. Wurden sie doch in der Öffentlichkeit bei der Suche nach schnellen Erklärungsversuchen mit Blick auf die Depression des Täters gleich mit als „gefährlich“ an den Pranger gestellt. Dabei ist klar, dass die Depression nicht als Ursache für diese Gewalttat in Frage kommt. Denn Menschen mit Depression ziehen sich eher zurück, neigen zu Schuldgefühlen und Antriebslosigkeit.

Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe hat daher als Reaktion auf diese Fehlinterpretationen zeitnah eine Stellungnahme veröffentlicht und zahlreiche Interviews und Gespräche geführt, um eine Diskriminierung depressiv Erkrankter zu verhindern.



Um dieser Erkrankung und ihren Betroffenen auch in Zukunft Gehör zu verschaffen, haben wir in einem **Spenden-Mailing im September im Namen unseres Schirmherrn** und Medienexperten **Harald Schmidt** um finanzielle Unterstützung für diese wichtige Aufklärungsarbeit gebeten.

## Hoffnungsspender im Förderkreis

Wer die Stiftungsarbeit mit mindestens 200 Euro im Jahr unterstützen und sich auch inhaltlich etwas mehr mit unseren Aktivitäten beschäftigen möchte, kann Spender im Förderkreis werden. Er erhält dann regelmäßige Informationen zu den Aktivitäten der Stiftung und die Möglichkeit, z.B. bei Veranstaltungen auch hinter die Kulissen der Stiftungsarbeit zu schauen und sich mit den handelnden Perso-

nen auszutauschen. So luden wir in 2016 unsere Förderkreis-Partner z.B. zur Premiere des Films „In der Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag“ nach Berlin ein, um mit dem Film-Team und Stiftungsverantwortlichen darüber ins Gespräch zu kommen.

## Vereinsauflösung BALANCE e.V. begünstigt Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Im Herbst 2015 löste sich der Verein „BALANCE zur Bewältigung von Depressionen und Ängsten e.V.“ auf. Im Folgejahr wurde das restliche Vereinsvermögen satzungsgemäß der Stiftung Deutsche Depressionshilfe für gemeinnützige Zwecke zur Bekämpfung von Depressionskrankheiten übergeben. Wir konnten damit dankenswerterweise diverse Aufklärungsaktionen wie z.B. im Bereich der Wanderausstellung und beim Projekt iFred finanzieren. Wir sagen herzlichen Dank für das entgegengebrachte Vertrauen.

## V. Organisationsstruktur

### Neues Mitglied im Stiftungsrat: Prof. Dr. Dr. Martin Holtmann

Wir freuen uns sehr, dass wir in 2016 Herrn Prof. Dr. Dr. Martin Holtmann für den Stiftungsrat der Stiftung Deutsche Depressionshilfe gewinnen konnten. Der renommierte Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie und Ärztliche Direktor der LWL-Universitätsklinik Hamm unterstützt mit seiner fachlichen Expertise bereits seit längerem das Projekt FIDEO unter unserem Stiftungsdach.

Neben Prof. Holtmann gehören nun insgesamt 11 Persönlichkeiten zum Stiftungsrat unter dem Vorsitz von Prof. Dr. Martin Hautzinger.

### In bewährter Hand: Schirmherrschaft von Harald Schmidt

Herr Harald Schmidt hat als Schirmherr die Stiftung auch in 2016 in äußerst engagierter und öffentlichkeitswirksamer Weise unterstützt. So warb er z.B. per Plakat und Radio für mehr Aufmerksamkeit und Toleranz gegenüber Depressionserkrankten.



FOTO: JIM RAKETE

### Unter dem Dach der Stiftung

Die kooperative Zusammenarbeit zwischen der Stiftung und dem **Deutschen Bündnis gegen Depression e.V.** mit rund 80 angeschlossenen regionalen Bündnissen wurde auch im Jahr 2016 intensiviert, z.B. durch die gestartete Vorbereitung zur Organisation des 4. Deutschen Patientenkongresses Depression oder die gemeinsame Arbeit am Dokumentarfilm „Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag“. Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe bildet für das Deutsche Bündnis gegen Depression die Dachorganisation, was sich im kommenden Jahr durch die neue gemeinsame Webseite noch klarer darstellen wird.

Auch die Teams des **Diskussionsforum Depression e.V.** inklusive des Jugendforums FIDEO arbeiten eigenständig unter unserem Dach.

Als nationaler Dachverband für Deutschland ist die Stiftung zudem Mitglied in **der European Alliance Against Depression (EAAD)** und kooperiert mit dem EAAD z.B. bei der Verbreitung und Weiterentwicklung des iFightDepression-Tools in Deutschland oder dem WHO-Suizidpräventionsbericht.

### Kooperationen und Partner

Auch die Betroffenenorganisation **Deutsche DepressionsLiga** bleibt ein wichtiger Kooperationspartner. Gemeinsam veranstalten wir 2017 erneut den Deutschen Patientenkongress Depression in Leipzig.

Ohne die Unterstützung von **Spendern, Sponsoren und Partnern** wäre unsere gemeinnützige Arbeit nicht möglich. Wir danken unseren Förderern und Kooperationspartnern an dieser Stelle sehr herzlich für die Zusammenarbeit im Jahr 2016:

Seit 2014 besteht die Kooperation zwischen der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und der **Deutsche Bahn Stiftung gGmbH**. Gemeinsam setzen sich die beiden Stiftungen für die Aufklärung über Depression und für eine größere Akzeptanz in der Gesellschaft ein.

Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe hat in 2016 zudem projektbezogen mit verschiedenen **Krankenkassen** zusammen gearbeitet.

---

## Stiftung Deutsche Depressionshilfe

### Vorstand:

Prof. Dr. Ulrich Hegerl (Vorsitzender)  
Dr. Nico Niedermeier  
Thomas Müller-Rörich

### Geschäftsführung:

PD Dr. Christine Rummel-Kluge  
(ab Februar 2016 in Elternzeit);  
Elternzeitvertretung: Susanne Baldauf

Semmelweisstr. 10, 04103 Leipzig  
Tel: 0341/97-24493, Fax: 0341/97-24599  
[info@deutsche-depressionshilfe.de](mailto:info@deutsche-depressionshilfe.de)  
<https://www.deutsche-depressionshilfe.de/>

Leipzig, im Oktober 2017



.....  
Prof. Dr. Ulrich Hegerl  
Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe



.....  
Susanne Baldauf  
Geschäftsführerin der Stiftung Deutsche Depressionshilfe