

Jahresbericht 2023



Dresdner Bündnis gegen Depression e. V.

Eingetragen im Register des Amtsgerich-
tes Dresden (VR 41019)

c/o Städtisches Klinikum Dresden

Prof. Dr. Burkhard Jabs

Heinrich-Cotta-Straße 12

01324 Dresden

E-Mail: bgd_dd@web.de

[www.deutsche-depressionshilfe.de/dres-
den](http://www.deutsche-depressionshilfe.de/dres-
den)

Dresden, 29.02.2024

Inhalt

Allgemeine Informationen zum Dresdner Bündnis gegen Depression	2
Warum gibt es uns?	2
Was wollen wir?	2
Fortbildungsvorträge / Informationen für Ärzte und Therapeuten	3
Vorträge für Multiplikatoren	3
Angebote für Betroffene und Angehörige	3
Austausch bewegt	3
Öffentlichkeitsarbeit.....	3
Veranstaltungsteilnahmen	3
Medienberichte	4
Vernetzungs-Aktivitäten.....	4
Vereinsaktivitäten	4
Mitglieder	4

Allgemeine Informationen zum Dresdner Bündnis gegen Depression

Das Dresdner Bündnis gegen Depression ist ein gemeinnütziger Verein, in dem sich Fachkräfte, Erkrankte / Depressionserfahrene, Angehörige sowie andere am Thema Interessierte engagieren. Wir sind seit 2004 aktiv und seither Zuhörer, Aufklärer und Kommunikationspartner.

Warum gibt es uns?

Depressionen gehören mit zu den häufigsten und sicherlich auch meisten unterschätzten Erkrankungen. Die Zahl der Krankschreibungen und Berentungen wegen Depressionen hat in den letzten Jahren deutlich zugenommen. Das Risiko, im Laufe des Lebens an einer Depression zu erkranken, liegt bei 16-20 Prozent, jede fünfte Bürgerin und Bürger erkrankt also einmal im Leben an einer Depression. Insgesamt erkranken im Laufe eines Jahres allein in Dresden schätzungsweise 40.000 Menschen daran. Obwohl diese Erkrankung also sehr häufig ist, bleibt sie in vielen Fällen unerkannt und findet im Gegensatz zu anderen häufigen Erkrankungen nur schwer und selten den Weg in die Öffentlichkeit. Viele Menschen bringen Depression leider noch immer mit fehlendem Willen, Charakterschwäche, persönlicher Schuld und Versagen in Verbindung, und die Erkrankten glauben, sich schamvoll verstecken zu müssen. Oft ist dies auch ein Schutz vor diskriminierenden Reaktionen. Nicht selten geraten sie dann in eine sich selbst beschleunigende Spirale aus Freudlosigkeit, Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung. An Depression erkrankten Menschen benötigen jedoch zielgerichtete und schnelle Hilfe und Unterstützung, da die Krankheit schwerwiegende Folgen haben kann.

Was wollen wir?

Unser Anliegen ist es, die Situation von Menschen mit Depression zu verbessern: Wir möchten mit Fachwissen und aus eigenen Erfahrungen das Verständnis für diese Krankheit und für die Erkrankten in der breiten Öffentlichkeit fördern. Mit der Schaffung eines regionalen Netzwerkes wollen wir dazu beitragen, dass Erkrankte und deren Angehörige möglichst frühzeitig Hilfestellungen erfahren. Wir engagieren uns zudem für die Entstigmatisierung der Erkrankung, für den gleichberechtigten (trialogischen) Austausch verschiedener Interessengruppen sowie für die Förderung der Selbsthilfe. Wir informieren über Behandlungs- und Hilfsangebote in Dresden, damit Betroffene rasch den Weg zu adäquaten Angeboten finden. Auf diese Weise sollen eine Chronifizierung und Verschlimmerung der Erkrankung verhindert werden, an deren Ende womöglich ein Suizid steht (Motto: „Jeder Suizid ist einer zu viel!“).

Unter dem Dach des Deutschen Bündnisses gegen Depression verfolgt auch das Dresdner Bündnis gegen Depression die Ziele,

- die gesundheitliche Situation depressiver Menschen zu verbessern,
- das Wissen über die Krankheit in der Bevölkerung zu erweitern und
- Suiziden vorzubeugen.



Fortbildungsvorträge / Informationen für Ärzte und Therapeuten

Vorträge für Multiplikatoren - keine Aktivität in 2023

Vorträge für Interessierte - keine Aktivität in 2023

Angebote für Betroffene und Angehörige

Austausch bewegt

- Laufgruppe „Bündnis bewegt“: 02.01.2023, 16.01.2023, 30.01.2023, 13.02.2023, 27.02.2023, 13.03.2023, 27.03.2023, 10.04.2023, 24.04.2023, 08.05.2023, 22.05.2023, 05.06.2023, 19.06.2023, 03.07.2023, 17.07.2023, 31.07.2023, 14.08.2023, 28.08.2023, 11.09.2023, 25.09.2023, 09.10.2023, 23.10.2023, 06.11.2023, 20.11.2023, 04.12.2023, 18.12.2023

Öffentlichkeitsarbeit (Beispiele):

- Krisensprechstunde, eine zeitnahe Beratung für Menschen in schwierigen Lebenskrisen: Herr Dr. Kirschner, Facharzt für Psychotherapie i.R. und langjähriges Mitglied im Dresdner Bündnis gegen Depression, konnte in 6 Gesprächsstunden im Jahr 2023 kostenlos, vertraulich und zeitnah Menschen in suizidalen Krisen beraten. Darüber hinaus startete er am 01.04.2023 das Projekt „gemeinsam statt einsam“ in Zusammenarbeit mit der Stadt Radeberg und Kirchen, wo sich einsame Menschen zu einem ersten Kontaktgespräch treffen können. Dieses Angebot gab es zuerst auf einer öffentlichen Parkbank und seit November 2023 in einem Raum im Radeberger Rathaus jeden Mittwoch von 15-16 Uhr. Dieses 1. Hilfe-Angebot wurde bisher 24mal angenommen.
- Ideenfindung, Planung und Sicherstellung der Teilnahme an der REWE-Team Challenge im nächsten Jahr für Laufgruppe und Mitglieder
- Aktualisierung unserer Internetseite auf der Plattform des Deutschen Bündnisses gegen Depression e.V. mit Hinweisen zu Veranstaltungen und Infos zum Vereinsgeschehen

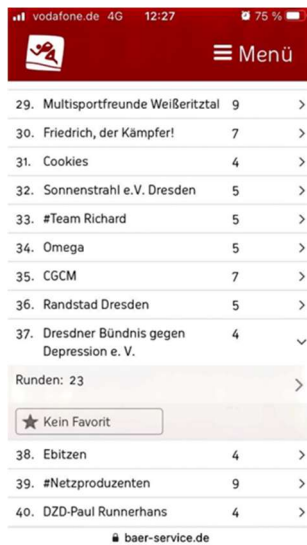
Rückmeldungen:

- Prof. Dr. med. Burkhard Jabs: „Dank und Anerkennung für den gelungenen MDR – Beitrag Laufen gegen die innere Nacht“

Öffentlichkeitsarbeit

Veranstaltungsteilnahmen

- Unsere Selbsthilfegruppe, Laufgruppe „Bündnis bewegt“ nahm am Spendenlauf NCT/UCC Benefizlauf - Fortschritt gegen Krebs teil und konnte mit 23 Runden den 37. Platz und eine Spende erlaufen und so unser Bündnis in der Öffentlichkeit sichtbar werden lassen., Dresden 26.09.2023



Item	Value	Action
29. Multisportfreunde Weißeritztal	9	>
30. Friedrich, der Kämpfer!	7	>
31. Cookies	4	>
32. Sonnenstrahl e.V. Dresden	5	>
33. #Team Richard	5	>
34. Omega	5	>
35. CGCM	7	>
36. Randstad Dresden	5	>
37. Dresdner Bündnis gegen Depression e. V.	4	∨
Runden: 23		>
★ Kein Favorit		
38. Ebitzen	4	>
39. #Netzproduzenten	9	>
40. DZD-Paul Runnerhans	4	>

Medienberichte

- MDR-Beitrag „Laufen gegen die innere Nacht“ mit Andre Imhof und Michael Opitz unserer Laufgruppe „Bündnis bewegt“, 28.12.2023, Quelle MDR Sachsen v. Madeleine Arndt

Vernetzungs-Aktivitäten

- Teilnahme am 5-jährigem Jubiläum und Einweihung der Begegnungsstätte unseres Partners EX-IN Sachsen e.V. am 28.02.2023, Dresden
- Start der Kooperation mit der Bürgerstiftung Dresden „Wir für Sachsen“, 11.12.2023

Vereinsaktivitäten

- Mitgliederversammlung am 25.01.2023, 29.11.2023
- Arbeitsgruppentreffen 09.02.2023, 09.03.2023, 20.04.2023, 15.06.2023, 24.08.2023
- Einführung einer Kommunikationsplattform „Onlineboard“ zum besseren Austausch der Mitglieder über die Vereinsarbeit (M. Schönfeld), 05.12.2023

Mitglieder

Mitgliederentwicklung

- Eintritte: 0
- Austritte: 4
- Aktuelle Mitgliederzahl: 43

