

## PRESSEMITTEILUNG

### **Wincent Weiss im Podcast ‚Raus aus der Depression‘: „Es war alles gleichgültig, was passiert ist.“**

**Hamburg/ Leipzig, 29.4.2024** – In der aktuellen Ausgabe des Podcasts „Raus aus der Depression“ von NDR Info und Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention spricht Sänger Wincent Weiss mit Entertainer und Stiftungs-Schirmherr Harald Schmidt über seine Depression. Er berichtet vom Beginn seiner Erkrankung vor fünf Jahren: „Als es bei mir akut wurde 2018/19, war ich 350 Tage im Jahr nicht zuhause. An den Tagen ging es eigentlich. Die schlimmste Zeit war die, als ich alleine zuhause war. Ich konnte mich nicht mehr regen. Ich lag nur in meinem Bett, hab nicht gegessen und nicht getrunken. Ich habe nur darauf gewartet, dass ich wieder arbeiten kann, damit ich nicht mit mir alleine zuhause diese schreckliche Zeit überstehen muss“, so der Sänger. Der Anstoß, sich Hilfe zu suchen, kam aus seinem engsten Umfeld. „Meine Mama kam irgendwann und sagte ‚Ich schaue dich im Fernsehen an. Du hast so leere Augen. Du bist nur noch als leere Hülle vor Ort. Man sieht dir keine Glücklichkeit mehr an. Du wirkst komplett traurig.‘ Erst dann habe ich mir das so richtig zu Herzen genommen“, berichtet Wincent Weiss im Podcast. Schließlich habe er eine Psychotherapie begonnen und berichtet Harald Schmidt im Gespräch davon: „Ich habe bei der Therapeutin das erste Mal gesprochen und gemerkt, das tut mir richtig gut zu besprechen, was sich bei mir aufgehäuft hat. Das war wie ein Schneeberg, den ich vor mir hergeschoben habe, der immer größer wurde, bis er irgendwann über mir zusammengebrochen ist. Jetzt will ich die kleinen Schneehäufchen immer sofort wegschaufeln, sodass vor mir ein freier Weg ist“, sagt Wincent Weiss.

Der Podcast „Raus aus der Depression“ mit Wincent Weiss wird am Montag, 29. April 2024, in der [ARD-Audiothek](#) und auf den gängigen Podcast-Plattformen veröffentlicht. Am Sonntag, den 5. Mai, ist das Gespräch um 12:33 Uhr zudem im Radioprogramm von NDR Info zu hören.

#### **Etlliche prominente Gäste sprachen bereits über ihre Erfahrung mit Depression**

Im gemeinsamen Podcast von NDR Info und der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention begrüßt Entertainer Harald Schmidt bereits seit 2021 als Gastgeber prominente Gäste, die ihre persönlichen Erfahrungen mit der Erkrankung Depression teilen. In den bisherigen 26 Folgen waren unter anderem Sänger Howard Carpendale, Comedian Hazel Brugger, Komiker Torsten Sträter, der ehemalige Bundesminister Karl-Theodor zu Guttenberg, Autorin Jasmin Schreiber oder Moderatorin Sophie Passmann zu Gast. Über Ursachen, Auslöser und Behandlungen der Depression klärt im zweiten Teil jeder Folge Prof. Ulrich Hegerl auf. Er ist Vorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention, hat die Senckenberg-Professur an der Universität Frankfurt/M. inne und verfügt als Psychiater über langjährige Erfahrung in der Behandlung von depressiv erkrankten Menschen.

Die kommenden Gäste der aktuellen Podcast-Staffel sind am 6. Mai 2024 Madleen Matthias



## PRESSEMITTEILUNG

aus dem RTL-Format „Princess Charming“ und Diskus-Olympiasieger Christoph Harting am 13. Mai 2024.

### Pressekontakt

#### **Stiftung Deutsche Depressionshilfe**

Heike Friedewald  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Goedelerring 9  
04109 Leipzig  
Tel: 0341/22 38 74 12  
presse@deutsche-depressionshilfe.de

#### **Norddeutscher Rundfunk**

Bettina Brinker  
Presse und Kommunikation  
Rothenbaumchaussee 132  
20149 Hamburg  
Tel.: 040/4156-2300  
b.brinker@ndr.de

#### ***Über die Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention***

*Ziel der 2008 gegründeten Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention ist es, einen wesentlichen Beitrag zur besseren Versorgung depressiv erkrankter Menschen und zur Reduktion der Zahl der Suizide in Deutschland zu leisten. Neben Forschungsaktivitäten bietet die Stiftung Betroffenen und Angehörigen vielfältige Informations- und Hilfsangebote wie das deutschlandweite Info-Telefon Depression (0800 33 44 5 33). Unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention koordiniert das Deutsche Bündnis gegen Depression zahlreiche lokale Maßnahmen: In 90 Städten und Kommunen haben sich Bündnisse gebildet, die auf lokaler Ebene Aufklärung über die Erkrankung leisten. Die Schirmherrschaft hat der Entertainer und Schauspieler Harald Schmidt übernommen. Vorstandsvorsitzender ist Prof. Dr. Ulrich Hegerl, der die Senckenberg-Professur an der Goethe Universität Frankfurt innehat. [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de)*