

Liebe Mitglieder, liebe Bezieher*innen unseres Newsletters,

Hier unsere aktuellen News aus der Deutschen DepressionsLIGA (DDL) sowie rund um die Themen Depression, Soziales und Gesundheitswesen:



Mit "Expedition Depression" pädagogisch arbeiten

Ab sofort gibt es Unterrichtsmaterial zum Roadmovie "Expedition Depression". Entwickelt von einem Team aus Betroffenen und Experten. Das Material kann von Lehrkräften und pädagogischen Fachkräften individuell eingesetzt werden, sowohl zur Vorbereitung auf den Film als auch für Gesprächsrunden und Interaktionen im Anschluss.

[Weiterlesen](#)



Vortrag vor Führungskräften der Polizei: Vorstandsmitglied Frank Mercier im Einsatz

Die Polizeipräsidentin von Recklinghausen, Friederike Zurhausen, hatte ihre Führungsmannschaft zu einer zweitägigen Klausurtagung nach Münster in die Führungskräfteakademie der Polizei eingeladen. Hier wurde ein Schwerpunkt auf „zunehmende psychische Belastung von Führungskräften und Polizeibeamten“ gesetzt.

[Zum Blog-Beitrag](#)



Happy Lotus beim Deutschen Patientenkongress Depression

Wer noch ein Argument braucht, um am Deutschen Patientenkongress Depression am 1. Juni in Frankfurt am Main teilzunehmen: "Happy Lotus" wird im Rahmen des Wahlprogramms am Morgen eine Schnupperstunde im traumasensitiven Yoga auf dem Stuhl geben.

[Weiterlesen](#)

frnd.tv Schulworkshops: "Rede darüber!"

Freunde fürs Leben e.V. bringen ihre jahrelange Aufklärungsarbeit zum Thema mentale Gesundheit ab sofort direkt in die Schulen. Der Verein hat drei Workshops entwickelt, in denen es um die Themen Mentale Gesundheit und Depression, Panikattacken und Angst sowie Essstörungen geht. Pädagog:innen in Schulen und Jugendeinrichtungen haben die Möglichkeit, die Workshopreihe kostenlos herunterzuladen.



[Zur Website](#)



MUT-Tour 2024

Unter dem diesjährigen Motto "Mut zur Selbsthilfe – Unterstützung sichtbar machen!" setzt die MUT-TOUR nun bereits im 12. Jahr ein wichtiges Zeichen für mehr Mut und Wissen im Umgang mit Depressionen und psychischen Erkrankungen ein. Hier gibt es alle Informationen zu Etappen, Termine und Teilnahmemöglichkeiten:

[Zur Website](#)

MEDIENTIPPS

Psychische Gesundheit in der EU fördern: BPTK-Positionen zur Europawahl 2024

Anlässlich der anstehenden Wahl zum Europäischen Parlament macht die Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK) mit einem Positionspapier auf Forderungen der Profession aufmerksam. In fünf Handlungsfeldern hat die BPTK festgehalten, welche Ziele und Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit auf EU-Ebene auf die politische Agenda gehören.

[Zur Pressemitteilung](#)

Psychische und neurologische Erkrankungen: Appell für bessere Versorgung

Mit der Kampagne #Kopfsache wollen Fachverbände die Prävention und Versorgung von neurologischen und psychischen Erkrankungen verbessern. Der Spitzenverband ZNS fordert die Politik auf, Präventionsprogramme zu fördern und die Versorgung bedarfsgerecht zu gestalten.

[Zur Website](#)

Psychosomatik: Was Menschen in die Erschöpfung treibt

tagesschau: Psychische Erkrankungen sind der dritthäufigste Grund für Krankschreibungen. Bei einem Kongress in Berlin wurden die Auswirkungen der extremen Beschleunigung auf die Psyche diskutiert.

[Zum Artikel](#)

Die taz berichtet über unser Vorstandsmitglied Oliver Vorthmann

taz: „Es ist, als hätte jemand der Welt die Farben genommen. Als wäre alles um mich herum von einem Schleier überzogen. Als sei ich in einer Glocke aus Milchglas gefangen, mit einem Stein auf der Brust, mit Säure in den Adern – und immer wieder diesen schrecklichen Gedanken, wie ich diese monströse Ausweglosigkeit beenden soll.“ In einer bewegenden Geschichte berichtet die taz über unser Vorstandsmitglied Oliver Vorthmann.

[Zum Artikel](#)

Vorstandsmitglied Armin Rösl im Interview zum Thema „Männer und Depression“

In seinen dunkelsten Stunden wollte sich Armin Rösl das Leben nehmen – ein Klinikaufenthalt hat dem Journalisten geholfen, seine schwere Depression zu überwinden. Heute engagiert er sich ehrenamtlich als Leiter einer Selbsthilfegruppe und als stellv. Vorsitzender und Sprecher der Deutschen DepressionsLIGA e.V.. Von seinen Erfahrungen profitieren vor allem auch jene Männer, die eine psychische Erkrankung nicht wahrhaben wollen. Warum fällt es Männern oft so schwer, sich um ihre Psyche zu kümmern?

[Zum Interview](#)

BUCHTIPP



Depressionstagebuch

DDL-Mitglied Nicolas Doster (Transformationscoach & Psychologischer Berater und Depressionsexperte) hat ein Depressionstagebuch herausgebracht. Durch seine eigenen Erfahrungen aus über 20 Jahren Betroffenen und vielen Gesprächen mit Betroffenen und Fachleuten hat er das Tagebuch speziell für Menschen mit Depressionen entwickelt. Zum Reflektieren und zum Erkennen von „Energieräubern“. Inhalt und Aufbau wurde von einem Prof. für Psychiatrie geprüft und für gut befunden. Das Vorwort hat unser stellv. Vorsitzender und Sprecher Armin Rösl geschrieben, mit dem Nicolas Doster auch einen Podcast aufgenommen hat. Für DDL-Mitglieder hat Doster einen Gutschein-Code (10 Prozent Rabatt) bei der Bestellung des Depressionstagebuchs eingerichtet: DDL10.

[Zur Website](#)



Ihre Spende hilft Betroffenen. Unterstützen Sie die Arbeit der Deutschen DepressionsLIGA. Jeder Beitrag zählt, damit wir weitere Projekte realisieren und ausbauen können.

[JETZT SPENDEN](#)

Impressum:
Deutsche DepressionsLIGA e.V.
Waltraud Rinke, Armin Rösl, Jürgen Leuther, Dr. Claudia Kuciucki, Frank Mercier, Maximiliane Schaffrath, Oliver Vorthmann

Oppelner Straße 130, 53119 Bonn
Telefon: +49 228 – 2406 5772
E-Mail: kontakt@depressionsliga.de

www.depressionsliga.de
[Ich will keine Newsletter mehr!](#)