

DEPRESSION-UNPLUGGED

LESUNG

interaktive
MUT-MACH

Echt. Berührend. Überraschend humorvoll. Interaktiv



DR. THOMAS REINBACHER
(INSTA: @HIMMELBLAU.JETZT)

4,8 ★★★★★ (825)
auf [amazon.de](https://www.amazon.de)



BIEBERTAL / LAB-3

LAB-3, Inwerkstraße 5, 35444 Biebertal
Sa, 19.9.26 | 18.00h | 15€ | Danach Party mit DJane Diana
So, 20.9.26 | 15.00h | 10€ | Inkl. Rahmenprogramm

LAB-3
Office. Konferenz. Kultur.

TICKETS



An beiden Tagen: Getränke & Snacks gegen Spende für die dt. Depressionsliga

Wie fühlt sich eine Depression wirklich an? Wie erleben es die Angehörigen? Was hilft wirklich? Was nicht?

Dr. Thomas Reinbacher hatte alles: eine steile Karriere bei McKinsey, Amazon und Google, eine liebevolle Familie und ein scheinbar perfektes Leben. Doch dann kam der tiefe Fall.

In seinem offenen und berührenden Buch »Nach Grau kommt Himmelblau« (Amazon Bestseller) erzählt er von zwei schweren depressiven Episoden und über 200 Tagen in der Psychiatrie.

Begleite Thomas auf seiner radikal ehrlichen Reise durch die dunkelsten Stunden seines Lebens und erfahre, welche Therapien wirklich halfen, damit der Himmel wieder blau wurde.

»Mit beeindruckender Offenheit teilt Thomas seine innersten Gedanken aus dieser Zeit. Ganz große Empfehlung!!!«

Franca Cerutti, Psychotherapeutin,
Podcasterin (Psychologie to go!) und Autorin

Rahmenprogramm

An beiden Tagen: Kunstaussstellung "Art & Mental Health"

Am Samstag: Party mit DJane im Anschluss an die Lesung

Am Sonntag: Inklusive kostenlose Schnupperstunden

Thai Chi Chuan/Qi Gong, Yoga Flow & Soundbath.

Wohlfühlkosmetik gegen einen kleinen Unkostenbeitrag.

LAB-3

Office. Konferenz. Kultur.