

Mood-Tour

Unter der Schirmherrschaft der Deutschen DepressionsLiga e.V. sowie des Deutschen Bündnisses gegen Depression fand im Sommer 2012 die von Sebastian Burger organisierte 4500 km lange Tandem-Fahrradtour durch alle Bundesländer Deutschlands statt.

Sie hat nicht nur den Teilnehmern schöne und bleibende Erfahrungen geschenkt, sondern auch viel dazu beigetragen, das Thema Depression zu entstigmatisieren und öffentlich ins Gespräch zu bringen.

Weitere Infos finden Sie unter www.mood-tour.de



Plakataktion Hausärzte

Um Besuchern von Hausarztpraxen erste Informationen über Symptome und Behandlungsmöglichkeiten bei Depressionen zu geben und ihnen das Ansprechen des Arztes zu erleichtern, hat die Deutsche DepressionsLiga e.V. mit Unterstützung der DAK Gesundheit zwei informative Plakate entworfen. Die Aktion ist ein großer Erfolg, bereits mehrere tausend Bestellungen von Hausärzten sind bis jetzt bei uns eingegangen.

<h3>Depressionen sind behandelbar</h3>  <p>Erste Anlaufstellen können sein:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ihr Hausarzt• ein Psychiater oder Psychotherapeut• psychologische / psychosoziale Beratungsstellen• Sonstige psychische Dienste• Lebensberatungsstellen <p>Hilfreiche Internetseiten:</p> <ul style="list-style-type: none">• www.depressionsliga.de• www.deutsche-depressionshilfe.de• www.dakgesundheitsforum-depression.de• www.bagk.de <p>Depression ist eine Krankheit, die behandelt werden muss. Sie hat nichts mit Charakterschwäche zu tun und die Betroffenen tragen keine Schuld an ihrer Erkrankung.</p>  <p><small>Das Anzeichen der Deutschen DepressionsLiga e.V. ist ein grünes Kreis-Symbol mit einem roten Punkt in der Mitte. Die DAK Gesundheit ist ein rotes Quadrat mit dem Text 'DAK Gesundheit'.</small></p>	<h3>Depression kann jeden treffen</h3>  <ul style="list-style-type: none">• gedrückte Stimmung?• Interessen- / Freudlosigkeit?• Antriebslosigkeit, bleierne Müdigkeit?• Ängste, innere Unruhe?• geringes Selbstwertgefühl, verminderte Selbstwürde?• Konzentrationsprobleme, Größenangst, Entschlossenheitsverlust?• Schlafstörungen, Zukunftsangst?• Schlafstörungen oder stark erhöhtes Schlafbedürfnis?• Gefühl „alles ist zu viel“?• „Gefühl der Gefühlosigkeit“, innere Leere?• Appetitlosigkeit?• körperliche Symptome, für die es keine Erklärung gibt?• tiefe Verzweiflung, Todesgedanken? <p>Wenn mehrere dieser Anzeichen länger als 14 Tage anhalten, könnte es sich um eine Depression handeln. Lassen Sie sich helfen und sprechen Sie mit Ihrem Arzt.</p>  <p><small>Das Anzeichen der Deutschen DepressionsLiga e.V. ist ein grünes Kreis-Symbol mit einem roten Punkt in der Mitte. Die DAK Gesundheit ist ein rotes Quadrat mit dem Text 'DAK Gesundheit'.</small></p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

DepressionsLiga ausgezeichnet

Als eine von bundesweit 14 Organisationen erhielt die Deutsche DepressionsLiga e.V. das Wirkt-Siegel von PHINEO im Themenfeld Depression und wurde am 12.11.2012 in Berlin für ihr vorbildliches Engagement ausgezeichnet.



Stellungnahme zur Berichterstattung über den Arzneimittelreport 2012 der Barmer GEK

Die Deutsche DepressionsLiga wendet sich in einer Stellungnahme gegen die irreführende Interpretation des Reports in den Medien, wonach Frauen mehr Psychopharmaka als Männer konsumierten und alle Psychopharmaka generell ein Suchtpotenzial hätten.

[Weiterlesen](#)

DepressionsLiga beteiligt sich an der Protestaktion gegen das neue Psychiatrie-Entgelt-Gesetz

Das Aktionsbündnis Seelische Gesundheit, dem auch die Deutsche DepressionsLiga angehört, fordert den Bundesgesundheitsminister auf, die Einführung des neuen Entgeltgesetzes zunächst für zwei Jahre auszusetzen, um in dieser Zeit mit Unterstützung des Bündnisses eine Vergütungssystematik zu entwickeln, die den Bedürfnissen der Patienten und den gesetzlichen Vorgaben gerecht wird.

[Weiterlesen](#)

SeeleFon: Information und Hilfe durch Telefon- und Email-Beratung

Gut 40 % aller beim „SeeleFon“ eingehenden Beratungsanfragen beziehen sich auf Depressionen. 3 Mitglieder der Deutsche DepressionsLiga beteiligen sich an diesem Angebot des [Bundesverbandes der Angehörigen psychisch Kranker \(BAPK\)](#). Durch regelmäßige Supervisionen und Workshops wird eine hohe Beratungsqualität sichergestellt.

Weitere Informationen unter <http://www.psychiatrie.de/bapk/seelefon/>

Mailberatung

Unsere Mailberatung durch ehrenamtlich arbeitende Mitglieder ist nach wie vor ein gefragtes Beratungsangebot.

Selbsthilfegruppen können Mitglied werden

Die Deutsche DepressionsLiga e.V. hat auf ihrer Jahreshauptversammlung im Mai 2012 entschieden, dass künftig auch Selbsthilfegruppen Mitglied werden können. Jeweils ein Gruppenmitglied repräsentiert dann stellvertretend die Selbsthilfegruppe. Ziel ist es, die Strukturen in der Selbsthilfe zu verdichten und mit der Arbeit noch näher in die Regionen und an die Basis zu rücken.

Aktualisierung der Selbsthilfegruppen-Datenbank

Unsere Datenbank für Selbsthilfeadressen, die ca. 800 Einträge enthält, wird seit Herbst 2012 aktualisiert.

Wissensdatenbank

Ein aktuelles Projekt der DepressionsLiga hat das Ziel, eine Wissensdatenbank rund um das Thema Depression zu erstellen. Diese soll im kommenden Jahr auf unserer Homepage veröffentlicht werden.

Medienprojekt von Studenten der Hochschule für Medienproduktion in Lemgo

Im Juli schrieb uns ein Student der Hochschule:

„Im Rahmen meines Studiums - Medienproduktion an der HS OWL (Lemgo) - und nach ganz persönlichen Erfahrungen plane ich mit einem starken Team für das kommende Semester eine Initiative für Depressions- bzw. Burnout-Aufklärung und -Prävention.

Mein bzw. unser Ziel ist es, nicht nur lokal sondern bundesweit mit einer resultierenden Kampagne (Web, Video, Print) für die Akzeptanz in der Gesellschaft, für das Wissen um erfolgreiche Therapien und für die Prävention zu kämpfen.“

Wir haben dieses schöne Projekt mit unserem Wissen über die Erkrankung und den Ideen unserer Mitglieder zur bildhaften Umsetzung der Depression unterstützt.

Veranstaltungen

Psychische Erkrankungen am Arbeitsplatz: Seminare für Arbeitgeber mit Beteiligung der Deutschen DepressionsLiga

Der Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker (BApK) führt unter Beteiligung der Deutschen DepressionsLiga e.V. Seminare bei Arbeitgebern in ganz Deutschland durch, um Informationen über psychische Erkrankungen und über den Umgang mit Betroffenen in Unternehmen und Institutionen zu tragen und so präventiv tätig zu werden.

[Weiterlesen](#)

Vernetzungsveranstaltung der rheinland-pfälzischen Bündnisse gegen Depression

Im November fand in Mainz die überregionale Vernetzungsveranstaltung „Von 1 auf 11 – Bündnisse gegen Depression für Rheinland-Pfalz!“ mit Gesundheitsministerin Malu Dreyer statt. Die Deutsche DepressionsLiga e.V. präsentierte sich zusammen mit Organisationen wie z.B. dem Landesverband der Angehörigen psychisch Kranker (LAPK), dem Deutschen Bündnis gegen Depression e.V. oder dem Verein für Gemeindenahe Psychiatrie.

[Weiterlesen](#)

Ausblick 2013: 2. Patientenkongress in Leipzig

Der 2. Deutsche Patientenkongress Depression findet am 1.9.2013 in Leipzig im Gewandhaus statt. Harald Schmidt hat bereits zugesagt, wieder die Moderation zu übernehmen. Neben verschiedenen Workshops wird es auch wieder einen Fotowettbewerb geben. Sowie weitere Details bekannt sind, werden wir Sie informieren.