

---

## Jahresrückblick auf 2016

---

Das neue Jahr 2017 ist für uns ein Anlass, wieder einmal inne zu halten und zurückzublicken auf ein ereignisreiches Jahr 2016 für die Deutsche DepressionsLiga e.V.

Wir hatten neue Projekte, bewährte Projekte und erneut zahlreiche Veranstaltungen, bei denen wir als Vorstand mit tatkräftiger Unterstützung unserer Mitglieder die Interessen von Menschen vertreten haben, die unter Depressionen leiden. Mit unserem Bericht möchten wir Ihnen eine Zusammenfassung unserer wichtigsten Aktivitäten geben.

### Projekte mit Dritten im Rahmen der Selbsthilfeförderung der Krankenkassen

---

#### MUT-Tour 2016

2016 fand die dritte große Tandem-Fahrradtour durch alle Bundesländer Deutschlands statt. Wie bereits in 2012 und 2014 radelten depressionserfahrene und -unerfahrene Menschen durch die ganze Republik. Und diesmal gab es auch ein Team Kajak und ein Team **Esel!**



Fotos: Sebastian Burger



Foto: Joanna Kosowska

Neu ab 2016 ist der MUT-LAUF - Lauf für seelische Gesundheit. Er wurde aus Anlass des Berliner Aktionstages auf dem Tempelhofer Feld das erste Mal gestartet.



Förderung u.a. durch die **Techniker Krankenkasse (TK)**, **Aktion Mensch**, **Deutsche Rentenversicherung**

Weitere Informationen finden Sie unter [www.mut-tour.de](http://www.mut-tour.de)

## radio sonnengrau

Angelegt als mehrjähriges Projekt wurde auch „radio sonnengrau“ weiterhin gefördert. Die Sendungen befassen sich mit Themen rund um psychische Erkrankungen. In einem Mix aus Information, Gesprächen und Musik widmet sich jede Sendung Schwerpunktthemen dieser Krankheiten.

Von der Themenrecherche über Interviews, Musik, Moderation, Audioschnitt und Technik bis zur fertigen Hörfunksendung steuert rund um die Gründerin Tanja Salkowski das fünfzehnköpfige Team mit und ohne seelische Erkrankung alles in eigener Regie.



Nächste Sendung: 4. Januar 2017, 19-21 Uhr - Thema: Selbstwertgefühl



Förderung u.a. durch die **IKK classic** und die **BKK**

Weitere Informationen unter [www.radiosonnengrau.de](http://www.radiosonnengrau.de)

## Bildband „Mal gut, mehr schlecht“

Die Bilder der Künstlerin Nora Klein zeigen vielschichtige Eindrücke aus der Welt von Menschen mit Depressionen. Es werden Stimmungen eingefangen, welche sensibilisieren für eine Krankheit, die den Alltag lähmt und die auch die Angehörigen belastet.



Förderung u.a. durch die **BarmerGEK**

Weitere Informationen unter [Mal gut, mehr schlecht](#)

## „Freunde fürs Leben – TV“

„Freunde fürs Leben TV“ ist der erste Web-TV-Kanal zum Thema „Seelische Gesundheit“. Das Angebot richtet sich vor allem an jüngere Menschen und bietet Interviews, Beratungsangebote und Veranstaltungshinweise.



Förderung durch die **KKH**

Weitere Informationen unter [Laut gedacht](#)

## CD und Unterrichtsmaterialien zum Buch „Papas Seele hat Schnupfen“

Die CD und Schulmappen werden kostenlos an Schulen verteilt und dürfen von den Schulen für die Klassen kopiert werden. Ziel des Projektes sind Aufklärung über das Thema Depression sowie Antistigmatisierung und Enttabuisierung.



Förderung durch die **AOK**

Weitere Informationen unter [Papas Seele...](#)

## Projekte im Rahmen der Selbsthilfeförderung der Krankenkassen DDL-intern

---

### Mailberatung - Supervisionswochenende für die ehrenamtlichen BeraterInnen

Im Dezember 2016 fand wie bereits in 2015 für unsere MailberaterInnen ein Qualifizierungsworkshop in Bonn statt. Unter der Leitung der Supervisorin Dagmar Rubruck wurden Fragen nach der eigenen Rolle, der Funktion und der Aufgabenbewältigung der ehrenamtlichen MailberaterInnen diskutiert und reflektiert.

Förderung durch die **BKK**

### Neuaufgabe der Patientenbroschüre

Unsere Patientenbroschüre, in der wir für Betroffene und Angehörige wesentliche Informationen über die Krankheit Depression zusammengefasst haben, wird so stark nachgefragt, dass erneut ein Nachdruck erforderlich wurde.



Förderung durch die **DAK**

Weitere Informationen unter [Patientenbroschüre](#)

### Homepageaktualisierung: Suchmaschinenoptimierung, Barrierefreiheit

Um unsere Homepage auch für Sehbehinderte nutzbar zu machen, gestalten wir sie barrierefrei. In diesem Rahmen haben wir auch eine Suchmaschinenoptimierung in Auftrag gegeben.

Förderung durch die **IKK classic**

## Was uns besonders freut...

---

### **Wir wurden in die BAG SELBSTHILFE aufgenommen.**

Die BAG SELBSTHILFE ist die Dachorganisation von 116 Organisationen behinderter und chronisch kranker Menschen und ihren Angehörigen, die bundesweite Aktivitäten entfalten.

Als Mitglied der BAG SELBSTHILFE arbeiten wir ab 2017 in der Arbeitsgruppe Disease Management Prozess (DMP) Depression des Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA), dem höchsten Gremium der gemeinsamen Selbstverwaltung im Gesundheitswesen Deutschlands, mit.

## Veränderungen im Vorstand

---

Im Mai 2016 mussten wir uns leider von zwei unserer langjährigen Vorstände verabschieden.

**Claudia Böhringer und Paul-Gerhard Buyken** haben aus persönlichen Gründen nicht mehr für den Vorstand kandidiert.

Wir danken Claudia und Paul für ihre wichtige und sehr gute Arbeit in den rückliegenden Jahren und wünschen beiden, dass sie ihren „Ruhestand“ genießen können.

Neu in den Vorstand wurden gewählt:

Thomas Reichelt, Martin Schultz und Thomas Voigt.

## Ausblick auf 2017

---

### **Geplante Projekte**

#### **MUT-Lauf**

Der im Rahmen des Berliner Aktionstages der Mut-Tour zum ersten Mal veranstaltete „Mut-Lauf“ kam bei allen Beteiligten so gut an, dass wir ihn als Teil der Mut-Tour fest etablieren möchten. Berlin sowie zwei weitere Städte (Köln und Leipzig) zeigen bereits Interesse.

#### **Projekt Arbeitgeberseminare**

Bereits in der Vergangenheit hat der BApK mit Unterstützung der DDL Arbeitgeberseminare angeboten, die Führungskräfte im Umgang mit psychisch kranken Mitarbeitern schulten. Im Jahr 2017 werden wir voraussichtlich diese Seminare in eigener Regie durchführen; das Konzept dazu ist in Erstellung.

## Radio Sonnengrau

Als DDL haben wir auch für 2017 einen Förderantrag gestellt. Radio Sonnengrau wird zunehmend bekannt und das Konzept wird auch in 2017 weiterentwickelt.

## Patientenkongress 2017

Im Spätsommer 2017 wird der 4. Patientenkongress Depression erneut in Zusammenarbeit mit der Stiftung Deutsche Depressionshilfe im Gewandhaus in Leipzig stattfinden. Gemeinsam mit der Stiftung erarbeiten wir bereits heute das Programm.

## Dank an unsere fleißigen Helferinnen und Helfer im Hintergrund...

---

... seien es Verwaltungs-, Presse- oder Marketingarbeiten. Ohne euch wären wir als Vorstand ganz schön aufgeschmissen. Schön und erleichternd, dass wir auf euch zählen können.

## Liebe Mitglieder

---

Wir bedanken uns bei Ihnen für Ihre Unterstützung und wünschen Ihnen und Ihren Familien ein zufriedenes Weihnachtsfest und ein gutes und gesundes neues Jahr 2017.

Herzliche Grüße



Thomas Müller-Rörich



Françoise Margue




Thomas Reichelt



Waltraud Rinke



Thomas Voigt



Martin Schultz