



.... es geht weiter!  
Veranstaltungen  
und Aktionen  
2. Halbjahr 2019

## Grußwort

Hauke Jagau, Präsident der Region Hannover, Schirmherr des Bündnisses gegen Depression in der Region Hannover \_\_\_\_\_ 4

## ... es geht weiter!

### Veranstaltungen und Aktionen im 2. Halbjahr 2019.

Viktoria Schrader, Uwe Blanke, Rita Hagemann \_\_\_\_\_ 6

## Programm

### • 05.09.2019 - 30.09.2019

Vernissage/Ausstellungseröffnung  
**Wanderausstellung: Wege aus der Depression** \_\_\_\_\_ 8

### • 06.09.2019

Filmnachmittag mit Publikumsgespräch  
**Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag** \_\_\_\_\_ 9

### • 13.09.2019

Inklusionskino | Vorfilm: Helena  
**Der Junge muss an die frische Luft** \_\_\_\_\_ 10

### • 17.09.2019

Lesung mit Markus Bock  
**„Die Depression hat mich bestimmt.  
Jetzt bin ich dran. Vielleicht ...“** \_\_\_\_\_ 11

### • 17.09.2019

Informationsabend  
**Depressionen – Rechtliche Betreuung und  
Vorsorgemaßnahmen** \_\_\_\_\_ 12

### • 18.09.2019

Vortrag und Diskussion in türkischer Sprache  
Migration & Depression  
**Göç ve Depresyon** \_\_\_\_\_ 13

### • 25.09.2019

Vortrag und Diskussion  
**Depressionen im Alter** \_\_\_\_\_ 14

### • 16.10.2019

Fachtagung  
**Gute Arbeit ist die beste Medizin:  
Neue Formen der Arbeit und ihre Auswirkungen** \_\_\_\_\_ 15

### • 16.10.2019

Lesung mit Merle Meier und  
anschließendem Publikumsgespräch  
**Mein Selbstmord ist mein Anfang** \_\_\_\_\_ 16

### • 22.10.2019

Suizidprävention mit Schulklassen ab dem 9. Jahrgang  
**Zwischen Höhenflug und Absturz  
Suizidale Krisen und Depressionen bei Jugendlichen** \_\_\_\_\_ 17

### • 24.10.2019

Suizidprävention mit Schulklassen ab dem 9. Jahrgang  
**Zwischen Höhenflug und Absturz  
Suizidale Krisen und Depressionen bei Jugendlichen** \_\_\_\_\_ 18

### • 05.11.2019

Lesung mit Merle Meier und  
anschließendem Publikumsgespräch  
**Mein Selbstmord ist mein Anfang** \_\_\_\_\_ 19

### • 13.11.2019

Filmabend | Vorfilm: Helena  
**Der Junge muss an die frische Luft** \_\_\_\_\_ 20

### • 26.11.2019

Fachtag: Behandlungs- und Lösungsansätze  
**Großer Bruder, kleine Schwester – Sucht und Depression** \_\_\_\_\_ 21

### • 02.12.2019

Filmabend | Vorfilm: Helena  
**Der Junge muss an die frische Luft** \_\_\_\_\_ 22

**Verzeichnis der Veranstalterinnen und Veranstalter** \_\_\_\_\_ 24

**Danksagung** \_\_\_\_\_ 26

**Notizen** \_\_\_\_\_ 27



### Sehr geehrte Damen und Herren,

eine traurige Wahrheit: Depressionen sind längst zur Volkskrankheit geworden. Laut Angaben der Stiftung Deutsche Depressionshilfe erkranken hierzulande pro Jahr mehr als 5,3 Millionen Menschen. Depressionen sind Ursache für jährlich etwa 10.000 Suizide. Das sind erschreckend hohe Zahlen.

Und trotzdem hält sich bis heute das Vorurteil, die Erkrankung treffe vor allem labile oder leistungsschwache Personen. Viele Betroffene schrecken davor zurück, ihre Depression öffentlich zu machen – aus Angst, dass Ihnen die Krankheit als eine Art Charakterschwäche ausgelegt wird. Auch Angehörige, die ihren Ehemann, ihre Mutter oder ihren Sohn nur lebensfroh und zuversichtlich kennen, stellt die Krankheit vor Herausforderungen. Oft wissen sie nicht, wie sie die Betroffenen unterstützen können.

Das Bündnis gegen Depression macht es sich seit inzwischen mehr als zehn Jahren zur Aufgabe, über die Krankheit zu informieren, Angehörige aufzuklären und zu unterstützen, Betroffene zu begleiten, ihnen Wege aus der Krankheit zu zeigen oder den Umgang damit zu erleichtern. Miteinander reden und Betroffenen zeigen, dass ihre Krankheit kein Tabuthema ist: Das ist ein erster, wichtiger Schritt heraus aus dem „schwarzen Loch“, das die Depression für viele Menschen darstellt.

Als Schirmherr des Bündnisses möchte ich den beteiligten Partnern sowie allen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern meinen besonderen Dank aussprechen. Sie arbeiten mit viel Herzblut und Engagement daran, dass niemand mit dieser Krankheit allein gelassen wird. Ich bin mir sicher, dass Sie auch in Zukunft vielen Menschen helfen werden. Dafür wünsche ich Ihnen viel Erfolg.

Ihr

A handwritten signature in black ink, which appears to read "Hauke Jagau". The signature is written in a cursive, slightly stylized font.

Hauke Jagau  
Regionspräsident

### **Bündnis gegen Depression Veranstaltungen und Aktionen im 2. Halbjahr 2019**

Das Bündnis gegen Depression in der Region Hannover wurde im Jahr 2008 auf Initiative der Klinik für Psychiatrie, Sozialpsychiatrie und Psychotherapie der Medizinischen Hochschule Hannover, der Region Hannover und der KIBIS (Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich) gegründet.

Schirmherr des Bündnisses ist von Anfang an der Präsident der Region Hannover, Herr Hauke Jagau. Unser regionales Bündnis ist Mitglied des Deutschen Bündnisses gegen Depression. Die Koordination des Bündnisses liegt seit Beginn bei der MHH und wird seit 2019 durch Frau Dr. Viktoria Schrader wahrgenommen, die durch Frau Cornelia Gerbothe im Sekretariat unterstützt wird. Die stellvertretende Koordination liegt bei der Region Hannover und wird durch den Psychiatriekoordinator und Drogenbeauftragten Herrn Uwe Blanke wahrgenommen.

Anlässlich des 10jährigen-Jubiläums haben die Mitgliedsorganisation im Oktober 2018 zwei Aktionswochen mit insgesamt 39 Veranstaltungen durchgeführt. Die Veranstaltungen wurden von ca. 3.200 Einwohnerinnen und Einwohnern der Region Hannover besucht, die die Möglichkeit genutzt haben sich zu informieren und mit Anderen ins Gespräch zu kommen. Diese positive Resonanz hat uns angeregt auch in diesem Jahr wieder mit einer neuen Veranstaltungsreihe aktiv zu werden.

### **Das Deutschland-Barometer Depression**

Im Jahr 2017 haben die Stiftung Deutsche Depressionshilfe und die Deutsche Bahn Stiftung mit einer repräsentativen Befragung Einstellungen und Wissen zur Depression in der deutschen Bevölkerung untersucht. Befragt wurden 2.000 Personen zwischen 18 und 69 Jahren in Privathaushalten. Ergänzt wurde diese Befragung der Allgemeinbevölkerung durch eine Online-Umfrage unter Depressionsbetroffenen. Die Ergebnisse dieser Studie wurden unter dem Titel „Deutschland-Barometer Depression“ veröffentlicht.

### **Persönliche Erfahrungen:**

Die Mehrheit der Deutschen ist im Laufe des Lebens von Depression betroffen – entweder direkt aufgrund einer eigenen Erkrankung oder indirekt z.B. als Angehörige.

Fast ein Viertel (23 Prozent) gab an, schon einmal die Diagnose Depression erhalten zu haben.

Mehr als ein Drittel (37 Prozent) berichtete von der bei Angehörigen oder Freunden gestellten Diagnose einer Depression.

Nur ein gutes Drittel (37) der Befragten hatte noch keinen direkten Kontakt mit der Krankheit.

### **Wissen und Fehlannahmen:**

Insgesamt hat sich der Wissenstand in den letzten Jahren deutlich verbessert. Dennoch gibt es in der Bevölkerung auch noch große Fehlannahmen bezüglich der Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von Depressionen. So wird die Krankheit sehr häufig als psychische Reaktion auf widrige Lebensumstände angesehen, oder als ein Zeichen fehlender Willensstärke. Es muss immer wieder verdeutlicht werden, dass es sich um eine Krankheit handelt, für die es gute und differenzierte Behandlungsmöglichkeiten gibt. Verbreiten Sie mit uns dieses Wissen!



Dr. med. Viktoria Schrader (Medizinische Hochschule Hannover), Uwe Blanke (Region Hannover) und Rita Hagemann (KIBIS) für das Bündnis gegen Depression in der Region Hannover.

Donnerstag, 05.09. 2019 | 16:00 - 17:00 Uhr

Vernissage/Ausstellungseröffnung | Wanderausstellung  
**Wege aus der Depression**

Jeder fünfte Bundesbürger erkrankt einmal im Leben an einer Depression. Wenn die Betroffenen eine optimale medikamentöse und/oder psychotherapeutische Behandlung erhalten, kann die Depression jedoch gut behandelt werden. Im Rahmen des Deutschen Patientenkongresses Depression hat die Stiftung Deutsche Depressionshilfe einen Foto- und Kreativpreis ausgelobt. Ausgezeichnet wurden Bilder von Betroffenen und Angehörigen, die „Wege aus der Depression“ aufzeigen, und die durch die Vielfältigkeit der Motividdeen und durch den tiefen Symbolwert der Bilder seinesgleichen sucht.

**Ort:**  
GDA Kleefeld, Foyer  
Osterfelddamm 12, 30627 Hannover

**Zeit:**  
Die Ausstellung ist von 5. September bis zum 30. September 2019 zu sehen.

**Eintritt/Kosten:**  
Freier Eintritt

**Anmeldung:**  
Nicht erforderlich

**Veranstalter/in:**  
Gesellschaft für Dienste im Alter mbH (GDA)  
Wohnstift Hannover-Kleefeld  
Osterfelddamm 12, 30627 Hannover

Dienstag, 06.09. 2019 | 16:00 - 18:15 Uhr

Filmvorführung mit anschließendem Publikumsgespräch  
**Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag**

Über ein Jahr begleiteten die Filmemacher Michaela Kirst und Axel Schmidt unterschiedliche an Depression erkrankte Menschen auf ihrem ganz eigenen Weg durch und aus der Erkrankung, wie zum Beispiel eine Familie, in der Mutter, Vater und Tochter von Depression betroffen sind. Die Tochter lässt den Zuschauer über Videotagebücher an ihrem Weg in einen neuen Lebensabschnitt mit Ausbildung und Auszug aus dem Elternhaus teilhaben. Ihr Vater berichtet eindrucksvoll davon, wie ihn die Erkrankung veränderte und wie viel Kraft ihm seine ‚Männergruppe‘ gibt.

**Ort:**  
GDA Kleefeld, Vortragssaal  
Osterfelddamm 12, 30627 Hannover

**Zeit:**  
16.00 - 17.20 Uhr, im Anschluss gegen 17.30 Uhr findet ein Gespräch mit der Produzentin Michaela Kirst sowie einer Expertin und einer Betroffenen statt  
Moderation: Christine Nitschke.

**Eintritt/Kosten:**  
Freier Eintritt

**Anmeldung:**  
Nicht erforderlich

**Veranstalter/in:**  
Gesellschaft für Dienste im Alter mbH (GDA)  
Wohnstift Hannover-Kleefeld  
Osterfelddamm 12, 30627 Hannover

Freitag, 13.09.2019 | 19:00 - 22:00 Uhr

Inklusionskino | Vorfilm: Helena  
**Der Junge muss an die frische Luft**

Der Arbeitskreis Inklusion für Menschen mit und ohne Behinderung, die KIBIS (Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich) und die Freiwilligenagentur Wedemark zeigen gemeinsam bei einem inklusiven Kinoabend den Film „Der Junge muss an die frische Luft“ (Drama/Komödie mit Auszeichnung). Vorab wird durch den Kurzfilm „Helena“ sanft auf das Thema Depression eingestimmt. Neben den beiden Filmen werden vor Ort Ansprechpartner\*innen zur Verfügung stehen, die rund um das Thema Depression berichten und Ihre Fragen beantworten können.

**Ort:**  
Bürgerhaus Bissendorf -Bürgersaal-  
Am Markt 1, 30900 Wedemark

**Zeit:**  
Einlass: 18:30 Uhr - freie Platzwahl

**Eintritt/Kosten:**  
3,00 €

**Anmeldung:**  
Nicht erforderlich

**Veranstalter/in:**  
Arbeitskreis Inklusion Wedemark  
KIBIS Kontakt-, Informations- und Beratungs-  
stelle im Selbsthilfebereich  
Freiwilligenagentur Wedemark

Dienstag, 17.09.2019 | 16:00 - 17:00 Uhr

Lesung mit Markus Bock  
**„Die Depression hat mich bestimmt.  
Jetzt bin ich dran. Vielleicht ...“**

Der Autor spricht über das, was viele nur denken können: Wie fühlen sich Depressionen und Suizidgedanken an? Was passiert bei einer Therapie und im persönlichen Umfeld? Es geht nicht um Zahlen, Daten, Fakten, Medikamente. Es geht es um einen ungeschönten Blick auf die Gefühlswelt in depressiven Lebensabschnitten und deren Auswirkungen. Die Lesung ist kein Ratgeber, sondern ein verständnisvoller Tatsachenbericht, in dem Bock die Frage beantwortet, ob Depressionen nicht sogar eine Chance sein können ...

**Ort:**  
GDA Kleefeld, Vortragssaal  
Osterfelddamm 12, 30627 Hannover

**Zeit:**  
16:00 - 17:00 Uhr

**Eintritt/Kosten:**  
Eintritt frei für BewohnerInnen  
Gäste: 5,00 €

**Anmeldung:**  
Nicht erforderlich

**Veranstalter/in:**  
Gesellschaft für Dienste im Alter mbH (GDA)  
Wohnstift Hannover-Kleefeld  
Osterfelddamm 12, 30627 Hannover

Dienstag, 17.09. 2019 | 16:00 - 19:00 Uhr

Informationsveranstaltung

## **Depressionen – Rechtliche Betreuungen und Vorsorgemaßnahmen**

Im Verlauf von Depressionen, wie auch anderer psychischer Erkrankungen, kann es zu Situationen kommen, in denen die Betroffenen Entscheidungen treffen müssten, die sie aber auf Grund ihrer Erkrankung nicht treffen können. Damit Angehörige oder andere nahestehende Personen diese Entscheidungen stellvertretend treffen können, müssen sie durch eine zuvor erteilte Vorsorgevollmacht oder durch eine gerichtlich angeordnete rechtliche Betreuung legitimiert sein.

Wie kommt ein Betreuungsverfahren in Gang? Gibt es Alternativen zur Betreuung? Welche Wirkung hat die Betreuung für die Kranken und ihre Angehörigen? Wer soll Betreuer werden? Was kostet das? Der Vortrag möchte über die verschiedenen Hilfsmaßnahmen aufklären. Zudem können konkrete Fragen an die Referierenden gerichtet werden.

Referentin / Referent:

Annegret Burke (SkF) und Ali Türk (ItB)

### **Ort:**

AHMB e.V.

Eintrachtweg 19, 30173 Hannover

### **Zeit:**

16:00 - 19:00 Uhr

### **Eintritt/Kosten:**

Freier Eintritt

### **Anmeldung:**

Per E-Mail: stefan.matschke@itb-ev.de

Telefonisch: 0511/590 920-42

### **Veranstalter/in:**

Arbeitskreis der Betreuungsvereine Region Hannover,  
www.btv-region.de

Mittwoch, 18.09. 2019 | 16:00 - 18:15 Uhr

Vortrag und Diskussion in türkischer Sprache

## **Migration & Depression Göç ve Depresyon**

Depression: Ursachen, Anzeichen, Therapie  
Können Migration und damit zusammenhängende Faktoren zu einer Depression führen? Was sagen uns die Ergebnisse der wissenschaftlichen Forschungen über Depression bei türkeistämmigen Migranten in Deutschland? Wo kann ich als Migrant/in über Depression Beratung oder Hilfe holen?

Depresyon nedir? Nedenleri, belirtileri ve tedavisi nelerdir? Göç etmek ve göçle ilişkili faktörler depresyona yol açabilir mi? Almanya'daki Türkiyeli göçmenlerde depresyon ile ilgili bilimsel çalışmalar bize ne söylüyor? Depresyon konusunda bir göçmen olarak nereden ve nasıl yardım alabilirim?

Referent/Konuşmacı:

Dr. Umut Altunöz (Oberarzt)

KRH-Psychiatrie Wunstorf

### **Ort/Yer:**

Institut für transkulturelle Betreuung e.V.

Freundallee 25, 30173 Hannover

### **Zeit/Saat:**

16:00 - 18:00 Uhr

### **Eintritt/Kosten/Ücret:**

Kostenfrei / Ücretsiz

### **Anmeldung/Kayıt:**

Stefan Matschke

Stefan.matschke@itb-ev.de

### **Veranstalter/in/Organize:**

KRH-Psychiatrie Wunstorf

Institut f. transkulturelle Betreuung e.V. &

Ambulante Hilfen f. Menschen m. Behinderung e.V. / Can

Arkadas e.V. / Ethno-Medizinisches Zentrum Hannover e.V.

Mittwoch, 25.09. 2019 | 16:00 - 17:00 Uhr

Vortrag und Diskussion  
**Depressionen im Alter**

Depressionen im Alter sind häufige psychische Erkrankungen. Oftmals werden aber, gerade im höheren Lebensalter, die Beschwerden fehlgedeutet und als Ausdruck eines körperlichen Defekts interpretiert. Dies geschieht auch in der hausärztlichen Praxis durchaus regelmäßig, was dann zu einer falschen Behandlung der Beschwerden führen kann. Die Depression bleibt oft unerkannt und wird zu einem chronischen Problem. In dem Vortrag „Depression im Alter“ geht es um die Erkennung des Erkrankungsbildes, um mögliche Ursachen und um die vielschichtigen Behandlungsmöglichkeiten.

**Referentin:** Julia Ostermann  
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie  
Tagesklinik Stadthagen (Burghof-Klinik Rinteln)

**Ort:**  
GDA Kleefeld, Vortragssaal  
Osterfelddamm 12, 30627 Hannover

**Zeit:**  
16:00 - 17:00 Uhr

**Eintritt/Kosten:**  
Eintritt frei für BewohnerInnen  
Gäste: 5,00 €

**Anmeldung:**  
Nicht erforderlich

**Veranstalter/in:**  
Gesellschaft für Dienste im Alter mbH (GDA)  
Wohnstift Hannover-Kleefeld  
Osterfelddamm 12, 30627 Hannover

Mittwoch, 16.10. 2019 | 09:00 - 16:00 Uhr

Fachtagung  
**Gute Arbeit ist die beste Medizin:  
Neue Formen der Arbeit**

Der Wandel in der Arbeitswelt fordert nicht nur neue technische und fachliche Kompetenzen. Virtuelle Arbeitsplätze, Telearbeit und Homeoffice sind nur einige Stichworte, die darauf hinweisen, dass die Berufstätigkeit der Zukunft auch neue Anforderungen an die emotionale und die psychische Belastungsfähigkeit stellt.

Die Vorträge am Vormittag informieren über wichtige Erscheinungsformen psychischer Erkrankungen und neueste Erkenntnisse zur Häufigkeit, sowie über betriebliche Belastungen und neue Interventionsangebote.

Am Nachmittag werden vertiefende Workshops angeboten.

**Ort:**  
Haus der Region | Raum N001  
Hildesheimer Str. 20, 30169 Hannover

**Zeit:**  
09:00 - 16:00 Uhr

**Eintritt/Kosten:**  
70,00 €

**Anmeldung:**  
Bildungsvereinigung Arbeit und Leben  
eMail: Marion.Vilches@aul-nds.de  
online: www.aul-nds.de

**Veranstalter/in:**  
Bündnis gegen Depression, Region Hannover,  
Verband Deutscher Werks- und Betriebsärzte e.V., Bildungsvereinigung Arbeit und Leben, Kooperationsstelle Hochschulen und Gewerkschaften



Mittwoch, 16.10.2019 | 19:00 - 21:00 Uhr

Autorenlesung / Publikumsgespräch  
mit Merle Meier und Dr. Thorsten Sueße

### **Mein Selbstmord ist mein Anfang**

Die Depression treibt Merle in den Suizidversuch.  
Sie überlebt, aber mit schwerwiegenden Folgen ...

In ihrem Buch schildert sie authentisch und eindrücklich  
ihre Gefühle und Erfahrungen auf ihrem Weg, der sie dahin  
bringt, wieder eine selbstbewusste und glückliche Frau zu  
sein.

Merle Meier, inzwischen Sozialpädagogin, systemische  
Therapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, steht  
anschließend mit Dr. med. Thorsten Sueße, Leiter des Sozial-  
psychiatrischen Dienstes, für Fragen aus dem Publikum zur  
Verfügung.

#### **Ort:**

KRH-Psychiatrie Wunstorf  
Sozialzentrum - Großer Saal  
Südstr. 25, 31515 Wunstorf

#### **Zeit:**

19:00 - 21:00 Uhr (Einlass ab 18:00 Uhr)

#### **Eintritt/Kosten:**

Freier Eintritt

#### **Anmeldung:**

Nicht erforderlich

#### **Veranstalter/in:**

Sozialpsychiatrischer Dienst der Region Hannover  
Selbsthilfegruppen aus Garbsen  
„Hab Mut, es tut gut!“  
„Mittendrin trotz Angst“  
und KRH-Psychiatrie Wunstorf

Dienstag, 22.10.2019 | 10:00 - 11:30 Uhr  
12:00 - 13:30 Uhr

Suizidprävention mit Schulklassen ab dem 9. Jahrgang

### **Zwischen Höhenflug und Absturz**

**Suizidale Krisen und Depressionen bei Jugendlichen:** Die  
Improvisations-Theatergruppe **Improkokken** wird mittels  
szenischer Darstellung lebendig, berührend, nachdenklich  
und positiv motivierend an das Thema heranführen. Dabei  
soll das Lebensgefühl Jugendlicher mit seinen Höhen und  
Tiefen, seinen krisenauslösenden Konflikten und Identitäts-  
bemühungen im Mittelpunkt stehen, als auch Impulse für  
die Krisenbewältigung gegeben werden.

Die Schüler\*innen können aktiv mitwirken, indem sie  
mit eigenen Ideen die gespielten Szenen verändern. Im  
Anschluss an das Theaterstück werden wir, von der AG  
Suizidprävention, mit den Jugendlichen in Austausch gehen  
Dabei ist uns der Blick auf die Stärken und Ressourcen die  
zur Krisenbewältigung nötig sind und die Informationen über  
Hilfsangebote für junge Menschen in Krisen von besonderer  
Bedeutung.

#### **Ort:**

Winnicott-Institut  
Geibelstraße 104, 30173 Hannover

#### **Zeit:**

10:00 - 11:30 Uhr und 12:00 - 13:30 Uhr

#### **Eintritt/Kosten:**

Freier Eintritt  
Gefördert durch die Region Hannover und die BARMER

#### **Anmeldung:**

Ev. Beratungszentrum: 0511-62 50 28

#### **Veranstalter/in:**

AG Suizidprävention für Kinder, Jugendliche und junge  
Erwachsene in Hannover

Donnerstag, 24.10. 2019 | 10:00 - 11:30 Uhr  
12:00 - 13:30 Uhr

Suizidprävention mit Schulklassen ab dem 9. Jahrgang  
**Zwischen Höhenflug und Absturz**

**Suizidale Krisen und Depressionen bei Jugendlichen:** Die Improvisations-Theatergruppe **Improkokken** wird mittels szenischer Darstellung lebendig, berührend, nachdenklich und positiv motivierend an das Thema heranführen. Dabei soll das Lebensgefühl Jugendlicher mit seinen Höhen und Tiefen, seinen krisenauslösenden Konflikten und Identitätsbemühungen im Mittelpunkt stehen, als auch Impulse für die Krisenbewältigung gegeben werden.

Die Schüler\*innen können aktiv mitwirken, indem sie mit eigenen Ideen die gespielten Szenen verändern. Im Anschluss an das Theaterstück werden wir, von der AG Suizidprävention, mit den Jugendlichen in Austausch gehen. Dabei ist uns der Blick auf die Stärken und Ressourcen die zur Krisenbewältigung nötig sind und die Informationen über Hilfsangebote für junge Menschen in Krisen von besonderer Bedeutung.

**Ort:**  
Winnicott-Institut  
Geibelstraße 104, 30173 Hannover

**Zeit:**  
10:00 - 11:30 Uhr und 12:00 - 13:30 Uhr

**Eintritt/Kosten:**  
Freier Eintritt  
Gefördert durch die Region Hannover und die BARMER

**Anmeldung:**  
Ev. Beratungszentrum: 0511-62 50 28

**Veranstalter/in:**  
AG Suizidprävention für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene in Hannover

Montag, 05.11. 2019 | 19:00 - 21:00 Uhr

Autorenlesung / Publikumsgespräch  
mit Merle Meier und Dr. Thorsten Sueße  
**Mein Selbstmord ist mein Anfang**

Die Depression treibt Merle in den Suizidversuch.  
Sie überlebt, aber mit schwerwiegenden Folgen ...

In ihrem Buch schildert sie authentisch und eindrücklich ihre Gefühle und Erfahrungen auf ihrem Weg, der sie dahin bringt, wieder eine selbstbewusste und glückliche Frau zu sein.

Merle Meier, inzwischen Sozialpädagogin, systemische Therapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, steht anschließend mit Dr. med. Thorsten Sueße, Leiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes, für Fragen aus dem Publikum zur Verfügung.

**Ort:**  
Pavillon - Kulturzentrum  
Kleiner Saal  
Lister Meile 4  
30161 Hannover

**Zeit:**  
19:00 - 21:00 Uhr

**Eintritt/Kosten:**  
Freier Eintritt

**Anmeldung:**  
Nicht erforderlich

**Veranstalter/in:**  
Sozialpsychiatrischer Dienst der Region Hannover

Mittwoch, 13.11.2019 | 17:30 - 19:15 Uhr

Filmabend | Vorfilm: „Helena“  
**„Der Junge muss an die frische Luft“**

Dieser Film wurde von der KIBIS, Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich ausgewählt, weil er es schafft, das Thema Depression einfühlsam und unterhaltsam gleichermaßen den Zuschauenden nahe zu bringen. Spiegel online schreibt zu diesem Film:

*„Er erzählt die Geburt der Komik aus der Tragödie. Der kleine Hans-Peter verliert das Zentrum seines Lebens, die geliebte Mutter. „Der Junge muss an die frische Luft“ ist auch ein Film über das Monster Depression. Er zeigt, wie die Krankheit, die man in den 70er Jahren noch „Schwermut“ nannte und weitgehend tabuisierte, einen Menschen langsam auffrisst. Und er zeigt die Hilflosigkeit der Angehörigen.“*

**Ort:**  
Apollokinio  
Limmerstraße 50, 30451 Hannover

**Zeit:**  
Beginn 17:30 Uhr - freie Platzwahl

**Eintritt/Kosten:**  
Freier Eintritt  
Dieses Projekt wird finanziell durch die AOK Niedersachsen unterstützt.

**Anmeldung:**  
Nicht erforderlich

**Veranstalter/in:**  
KIBIS, Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich

Dienstag, 26.11.2019 | 10:00 - 16:00 Uhr

Fachtag: Behandlungs- und Lösungsansätze  
**Großer Bruder, kleine Schwester –  
Sucht und Depression**

### **Suchtmittel oder Medikament?**

Häufig begegnen uns depressive Krankheitsbilder im Zusammenspiel mit Suchtmittelkonsum. Patient\*innen sowie Behandler\*innen beschäftigen sich intensiv mit der Fragestellung der Grunderkrankung. Entsteht die Depression aufgrund des Suchtmittelkonsums oder dient der Konsum der Selbstmedikation?

Einzel behandelt lässt sich oft keine nachhaltige Verbesserung der Symptomatik erreichen. Wir skizzieren Ansätze von kombinierten Behandlungen. Vorträge am Vormittag informieren über die Zusammenhänge zwischen depressiven Krankheitsbildern und Abhängigkeitserkrankungen. Am Nachmittag werden vertiefende Workshops angeboten.

**Ort:**  
STEP- Tagesklinik  
Walter-Giesecking-Str. 5, 30159 Hannover

**Zeit:**  
10:00 - 16:00 Uhr

**Eintritt/Kosten:**  
Freier Eintritt – Anmeldung erforderlich  
max. 30 Teilnehmer\*innen

**Anmeldung:**  
STEP Tagesklinik  
Frau Katrin Sperling – Klinikleiterin  
tagesklinik@step-niedersachsen.de

**Veranstalter/in:**  
STEP Tagesklinik  
Walter-Giesecking-Str- 5, 30159 Hannover  
Tel: 0511-45 000 760  
tagesklinik@step-niedersachsen.de

Montag, 02.12. 2019 | 18:00 - 19:45 Uhr

Filmabend | Vorfilm: „Helena“

## „Der Junge muss an die frische Luft“

Dieser Film wurde von der KIBIS, Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich ausgewählt, weil er es schafft, das Thema Depression einfühlsam und unterhaltsam gleichermaßen den Zuschauenden nahe zu bringen. Spiegel online schreibt zu diesem Film:

*„Er erzählt die Geburt der Komik aus der Tragödie. Der kleine Hans-Peter verliert das Zentrum seines Lebens, die geliebte Mutter. „Der Junge muss an die frische Luft“ ist auch ein Film über das Monster Depression. Er zeigt, wie die Krankheit, die man in den 70er Jahren noch „Schwermut“ nannte und weitgehend tabuisierte, einen Menschen langsam auffrisst. Und er zeigt die Hilflosigkeit der Angehörigen.“*

### **Ort:**

Neue Schauburg  
Feldstraße 2a, 31303 Burgdorf

### **Zeit:**

Beginn 18.00 Uhr - freie Platzwahl

### **Eintritt/Kosten:**

Freier Eintritt  
Dieses Projekt wird finanziell durch die AOK Niedersachsen unterstützt

### **Anmeldung:**

Nicht erforderlich

### **Veranstalter/in:**

KIBIS, Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich



### **AG Suizidprävention für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene**

c/o Ev. Beratungszentrum  
Oskar Winter Str. 2, 30161 Hannover  
[www.diakonisches-werk-hannover.de](http://www.diakonisches-werk-hannover.de)

### **Arbeitskreis der Betreuungsvereine in der Region Hannover**

[www.btv-region.de](http://www.btv-region.de)

### **Beratungsstelle Osterstraße**

Osterstr. 57, 30159 Hannover  
[www.beratungsstelleosterstrasse.de](http://www.beratungsstelleosterstrasse.de)

### **Bildungsvereinigung Arbeit und Leben Mitte GmbH**

Arndtstr. 20, 30167 Hannover  
[www.arbeitundleben-nds.de](http://www.arbeitundleben-nds.de)

### **Bündnis gegen Depression in der Region Hannover**

c/o MHH – Klinik für Psychiatrie  
Carl-Neuberg-Str. 1, 30625 Hannover  
[www.bgd-h.de](http://www.bgd-h.de)

### **Gesellschaft für Dienste im Alter (GDA)**

Wohnstift Hannover-Kleefeld  
Osterfelddamm 12, 30627 Hannover

### **Institut für transkulturelle Betreuung (Betreuungsverein) e.V.**

Freundallee 25, 30173 Hannover  
[www.itb-ev.de](http://www.itb-ev.de)

### **Kooperationsstelle Hochschulen und Gewerkschaften Hannover - Hildesheim**

Schloßwender Str. 7, 30159 Hannover  
[www.koop-hg.de](http://www.koop-hg.de)

### **KIBIS – Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich**

Gartenstr. 18, 30161 Hannover  
[www.kibis-hannover.de](http://www.kibis-hannover.de)

### **Region Hannover Team Sozialpsychiatrischer Dienst**

Peiner Str. 4, 30519 Hannover  
[www.hannover.de/spv](http://www.hannover.de/spv)

### **KRH-Psychiatrie Wunstorf**

Südstr. 25, 31515 Wunstorf  
[www.krh.eu](http://www.krh.eu)

### **STEP gGmbH**

STEP Tagesklinik  
Walter-Giesecking-Str. 5, 30159 Hannover  
[www.step-niedersachsen.de](http://www.step-niedersachsen.de)

### **Verband Deutscher Werks- und Betriebsärzte e.V.**

c/o Dr. med. Uwe Gerecke  
Ihmeplatz 2, 30449 Hannover  
[www.vdbw.de](http://www.vdbw.de)

### **Winnicott - Institut**

Geibelstr. 104, 30173 Hannover  
[www.winnicott-institut.de](http://www.winnicott-institut.de)