

3. Woche für Seelische Gesundheit im Süden Hamburgs

28. bis 31. Oktober 2014

Unter der Schirmherrschaft von:
**Bettina Tietjen und
Prof. Dr. Hermann Rauhe**

A yellow rounded rectangular box containing the text '10 JAHRE' in a serif font. The box is positioned in the center of the page, overlapping a large orange rectangular background element. To the left of the orange element is a green rounded rectangular shape, and to the right is a dark red rectangular shape. The overall design is modern and uses a color palette of green, orange, yellow, and dark red.

**10
JAHRE**

**Seelische Gesundheit leben!
Zuhören. Zusehen. Mitmachen.**
www.woche-seelische-gesundheit-hh.de

Veranstaltungsprogramm

10 JAHRE

Inhaltsverzeichnis

Grußworte

Dr. Hans-Peter Unger, Vorsitzender Harburger Bündnis gegen Depression e.V.....	4
Thomas Völsch, Bezirksamtsleiter Harburg.....	6

Programm:

Dienstag, 28. Oktober 2014.....	7
Mittwoch, 29. Oktober 2014.....	8
Donnerstag, 30. Oktober 2014.....	10
Freitag, 31. Oktober 2014.....	14

Das Harburger Bündnis gegen Depression e.V.	17
Unsere Vereinsmitglieder	18



10 Jahre Harburger Bündnis gegen Depression

Dr. Hans-Peter Unger,
Vorsitzender Harburger
Bündnis gegen Depression e.V.

Herzlich Willkommen!

Mit der 3. Woche für seelische Gesundheit im Süden Hamburgs feiert das Harburger Bündnis gegen Depression in diesem Jahr sein 10jähriges Bestehen.

Wer hätte das gedacht, als 2004 unter der Schirmherrschaft von Bettina Tietjen und Prof. Hermann Rauhe im Harburger Rathaus die Gründungsveranstaltung stattfand. Fast alle Gründungsmitglieder sind auch heute noch „an Bord“, zahlreiche Selbsthilfeinitiativen haben sich gegründet. Das Bündnis selbst hatte zunächst das Ziel, die Versorgung von Menschen mit depressiven Erkrankungen zu verbessern, Selbsthilfe zu fördern und das Stigma zu mindern, das sich immer noch mit einer depressiven Erkrankung verbindet.

Doch bald erkannten wir in den Gesprächen mit Betroffenen, Angehörigen und Kollegen, dass sich hinter dem großen Thema der Depression letztlich die Frage nach unserer seelischen Gesundheit verbirgt – und dass Seele und Körper untrennbar miteinander verbunden sind. Das Bündnis entwickelte sich zu einem „Bündnis für seelische Gesundheit“ im Süden Hamburgs weiter. Immer stärker rückte damit auch die Frage nach den sozialen Ursachen von Krankheit und Gesundheit in den Vordergrund.

In den vergangenen 10 Jahren hat es fünf Antidepressionsstage und in den Jahren 2010 und 2012 jeweils eine Woche für seelische Gesundheit in Harburg gegeben. Voll Stolz können wir auf hunderte von

Veranstaltungen zurückblicken. Das Bündnisprogramm erscheint seit 10 Jahren regelmäßig zwei Mal im Jahr und wird mit einer Auflage von 2.500 Exemplaren im Hamburger Süden verteilt.

Wie konnte das gelingen? Es ist vor allem dem ehrenamtlichen Engagement der Mitglieder, der Selbsthilfegruppen und einigen großzügigen Spendern zu verdanken. Es kann nicht genug unterstrichen werden, dass sich das Bündnis in all seinen Aktivitäten ausschließlich durch die Unterstützung von Spendern, die selbst an einer Depression erkrankt sind, finanziert. Rückhalt haben wir in den 10 Jahren auch immer wieder bei Frau Tietjen und Herrn Prof. Rauhe gefunden. Allen an dieser Stelle einen herzlichen Dank, vor allem den Bündniskoordinatorinnen Frau Bruch, Frau Felsch, Frau Goßmann und Frau Eder-Michaelis.

Was erwartet Sie in unserer Jubiläumswche? Am Dienstagabend, 28.10.14, beginnt sie mit einer Infoveranstaltung im Asklepios Klinikum Harburg. Am Mittwochnachmittag, 29.10.14, findet unter der Moderation von Frau Tietjen und in Anwesenheit von Herrn Prof. Rauhe die Hauptveranstaltung im neuen Sitzungssaal des Harburger Rathauses statt. Wir freuen uns, exzellente Referenten gewonnen zu haben, die uns über den Zusammenhang von psychischen Krankheiten und Gesellschaft aus unterschiedlichen Perspektiven berichten werden. Am Abend des 29.10.14 folgt im Asklepios Klinikum Harburg eine trialogische Veranstaltung der Peer-Berater zum Thema „Grübelkarussell“. Am Donnerstag, 30.10.14, öffnen die Bündnispartner ihre Einrichtungen mit attraktiven Angeboten. Die Woche endet am Freitagabend, 31.10.14, mit einer großen Feier im Harburger Stellwerk.

Sie sind herzlich eingeladen, wir freuen uns auf eine spannende Woche und vielfältige Diskussionen mit Ihnen.

Herzlichst

Dr. Hans-Peter Unger
Vorsitzender Harburger Bündnis gegen Depression e.V.

10
JAHRE



10jähriges Bestehen des Harburger Bündnisses gegen Depression

Grußwort

Thomas Völsch,
Bezirksamtsleiter Harburg

In diesem Jahr feiert das Harburger Bündnis gegen Depression in der 3. Woche für seelische Gesundheit sein 10jähriges Bestehen. Dazu beglückwünsche ich die vielen Akteure herzlich.

Schätzungen zufolge leidet fast jeder dritte Mensch im Laufe seines Lebens an einer behandlungsbedürftigen psychischen Erkrankung. Die Zahl der diagnostizierten und behandelten psychischen Erkrankungen nimmt immer mehr zu. Somit wächst auch die Bedeutung der Prävention und Gesundheitsförderung in allen gesellschaftlichen Bereichen.

Trotz der weiten Verbreitung dieser Krankheiten sind sie oft nur ein Randthema und werden negativ beurteilt. Dies zu verändern ist seit der Gründung 2004 das Ziel des Harburger Bündnisses gegen Depression. In der Veranstaltungswoche wird daher über psychische Krankheiten aufgeklärt oder auch zur Diskussion darüber angeregt um Tabus, Ängste und Verunsicherungen zu mindern oder abzubauen.

Hierbei helfen die zahlreichen ehrenamtlichen Mitglieder, Selbsthilfegruppen und Spender. Dafür möchte ich Ihnen herzlich danken. Sie tragen dazu bei, dass das Selbstbewusstsein der Betroffenen gestärkt wird und sie gleichberechtigt am gesellschaftlichen Leben teilhaben können.

Ihr

Thomas Völsch
Bezirksamtsleiter Harburg

Der erste Tag

18:30 Vortrag „Welche Therapie für welche Depression?“

Infoabend vom Harburger Bündnis gegen Depression

Referent: **Dr. Hans-Peter Unger,**
Chefarzt Zentrum für seelische Gesundheit AKH und
Vorsitzender Harburger Bündnis gegen Depression
Ort: Asklepios Klinik Harburg, Eißendorfer Pferdeweg 52,
21075 HH, Haus 6 (Eingang B) Medizentrum

18:30 Film **Soulfilmclub**

Inzwischen gibt es hervorragende Filme zum Thema psychische Erkrankungen, die ein tieferes Verständnis für ungewöhnliche Verhaltens- und Erlebensweisen ermöglichen und die Mut machen zum Leben mit einer seelischen Erkrankung. Wir zeigen einen Film, den das Soulfilmclub-Team für Sie ausgewählt hat. Im Anschluss gibt es die Möglichkeit zur Diskussion.

Veranstalter: Brücke Harburg, Heinke Eulenschmidt,
und Info: Tel. 040 519 00 09 55
Ort: Saal im „Haus der Kirche“, Harburger Ring 20, 21073 HH

10
JAHRE

10
JAHRE

Hauptveranstaltung

10 Jahre Harburger Bündnis gegen Depression und für seelische Gesundheit

Ort: Harburger Rathaus, Harburger Rathausforum 1, 21073 HH,
Veranstaltungssaal des Sozialen Dienstleistungszentrums SDZ

Moderation: **Bettina Tietjen**,
Schirmherrin Harburger Bündnis gegen Depression

15:00-15:10 **Dr. Hans-Peter Unger**,
Einleitung Vorsitzender Harburger Bündnis gegen Depression

15:10-15:20 **Prof. Dr. Hermann Rauhe**,
Grüßwort Schirmherr Harburger Bündnis gegen Depression

15:20-15:30 **Thomas Völsch**,
Grüßwort Bezirksamtleiter Harburg

15:30-16:15 **„Was wissen wir über die sozialen
Ursachen von psychischer Gesund-
heit und Krankheit?“**
Vortrag

Referent: **Prof. em. Dr. Johannes Siegrist**,
Universität Düsseldorf

16:15-17:00 **„Was wissen wir über die psycho-
sozialen Risikofaktoren im Arbeits-
leben?“**
Vortrag

Referentin: **Prof. Dr. Beate Beermann**,
Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin

Pause

17:30-18:15
Vortrag

**„Was wissen Hamburger über
psychische Krankheiten und
welche Einstellungen haben sie
gegenüber Betroffenen?“**

Referent: **Prof. Dr. Olaf von dem Knesebeck**,
Direktor des Instituts für Medizinische Soziologie (IMS),
UKE Hamburg

18:15-19:00
Talkrunde

„Arbeitswelt und Depression“

mit allen Referenten dieser Veranstaltung und
Nikolai Magdalinski, Leiter Hamburger Fachdienst,
und **Dr. Hans-Peter Unger**, Vorsitzender HBgD

Moderation: **Bettina Tietjen**,
Schirmherrin Harburger Bündnis gegen Depression

Trialogische Veranstaltung

Das Zentrum für seelische Gesundheit der Asklepios
Klinik Harburg und die PEER-Beraterinnen des psyche-
net-Projekts laden Sie herzlich zum Dialog ein.

19:00 - 20:30 **„Wege aus dem Grübelkarussell -
Leben mit Depressionen“**

Veranstalter: Peer-Berater, Asklepios Klinik Harburg
Ort: Asklepios Klinik Harburg, Eißendorfer Pferdeweg 52,
21075 HH, Haus 6 (Eingang B) Medienzentrum

10:00-18:00

„Praxis Ergotherapie für Psychiatrie und Arbeitstherapie“

Bei Kaffee und Kuchen geht's rund ums Thema Ergotherapie in der Psychiatrie: **Was ist eigentlich Ergo? Was möchte ich schon lange schaffen und wie kann ich das hinkriegen?**

Veranstalter: Praxis für Ergotherapie des „Hafen e.V.“
Infos: Tel. 040 67 95 66 11
Ort: Lauterbachstraße 3, 3. Stock 21073 HH

10:00-17:00

„Café Gegenüber“

Das Café Gegenüber wird als Sozialpsychiatrischer Treffpunkt von Mitarbeitern und Klienten vom BeWo Lotse, Lotse und Vita Curare betrieben.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserem Café „Gegenüber“! Ab 12:30 Uhr können Sie unseren saisonalen Mittagstisch und nachmittags hausgemachten Kuchen zum Kaffee genießen.

Ort: Weimarer Straße 81, 21107 HH-Wilhelmsburg

13:30-16:00

„Stunden der offenen Tür in der Passage Süderelbe“

Individuelle Unterstützung für Menschen mit psychischen Erkrankungen. Es gibt die Gelegenheit, sich über das Angebot der Passage Süderelbe zu informieren und in netter Runde Kaffee und Waffeln zu genießen!

Ort: Marktpassage 12, 21149 HH

14:00-18:00

„Wie gründe ich eine Selbsthilfegruppe?“

Selbsthilfe, Beratung und Info

Veranstalter: Kontakt und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS Hamburg)
Ort: Kontaktstelle Harburg, Neue Straße 32, 21073 HH

15:00-17:00

„Wege in Arbeit“

Vortrag und Beratung im Info-Café Etage

ARINET bietet vielfältige Unterstützungsmöglichkeiten für Menschen mit psychischer Erkrankung auf dem Weg in Arbeit, bzw. zum Erhalt der Beschäftigungsfähigkeit.

Sowohl für Betroffene als auch für Angehörige sowie Betreuer und Bezugspersonen stellen sich viele Fragen rund um die Themenfelder Arbeit, Rehabilitation und Behinderung/psychische Erkrankung.

Die Fachleute von ARINET, dem Arbeitsintegrationsnetzwerk stehen für Ihre Fragen zur Verfügung. In einem Vortrag werden zunächst die wesentlichen Aspekte für berufsrehabilitative Leistungen sowie die Angebote von ARINET vorgestellt. Im weiteren Verlauf haben Ihre Fragen dann den entsprechenden Platz. Wir freuen uns auf Ihr zahlreiches Erscheinen.

Veranstalter: ARINET Hamburg
Ort: Info-Café Etage, Am Soldatenfriedhof 5, 21073 HH

15:00-18:00 **„Offener Nachmittag für alle im ANKER“**

Individuelle Unterstützung für Menschen mit psychischen Erkrankungen

Lernen Sie uns und unsere Einrichtung bei Fingerfood & Limonade kennen. Wir freuen uns auf Sie!

Ort: Wallgraben 39, 20173 HH

15:00-18:00 **„Präsentation der Integrierten Versorgung Hamburg Süd“**

Integrierte Versorgung Seelische Gesundheit

Ca. 16.30 Uhr - Vortrag zum Thema „Krisen ambulant bewältigen durch bedürfnisangepasste Behandlung“

Ort: Wallgraben 39, 20173 HH

13:30-16:00 **„Wo Angehörige Rat und Hilfe erhalten“**

Der Angehörigenverband Hamburg stellt sich vor

Veranstalter: Landesverband Angehörige psychisch Kranker Hamburg e.V.

Ort: KISS Harburg, Neue Str. 32, 21073 HH

16:00-20:00 **„Undercover“**

Ausstellung in der Kontakt- und Beratungsstelle Süderelbe „Kajüte“. Die „Kajüten“-Künstlerinnen präsentieren ihre neuen Werkstücke:

| Schrott im Rohbau | Holz im Wandel | Märchenbücher neu aufgelegt | Plattencover im neuen Gewand |

Jeder ist willkommen. Das Angebot ist kostenlos und für Speis' & Trank ist gesorgt.

Ort: „Kajüte“, Haferacker 14, 21149 HH-Neugraben

19:00 Theaterabend

„Facetten der Zeit“

Die Theatergruppe von Hafen/Brücke präsentiert unter der Leitung von Theaterpädagogin Daniela Meng ihr neues Stück.

Veranstalter: Brücke Harburg, Heinke Eulenschmidt,

und Info: Tel. 040 519 00 09 55

Ort: Saal im „Haus der Kirche“, Harburger Ring 20, 21073 HH

WIRTSCHAFTS
JAHRE
10

12:00-15:00 **„Undercover“**

Ausstellung in der Kontakt- und Beratungsstelle Süderelbe „Kajüte“. Die „Kajüten“-Künstlerinnen präsentieren ihre neuen Werkstücke:

| Schrott im Rohbau | Holz im Wandel | Märchenbücher neu aufgelegt | Plattencover im neuen Gewand |

Jeder ist willkommen. Das Angebot ist kostenlos und für Speis' & Trank ist gesorgt.

Ort: „Kajüte“, Haferacker 14, 21149 HH-Neugraben

19:00 **Halloween-Party im Stellwerk Harburg**

„Therapeuten und andere Gespenster“

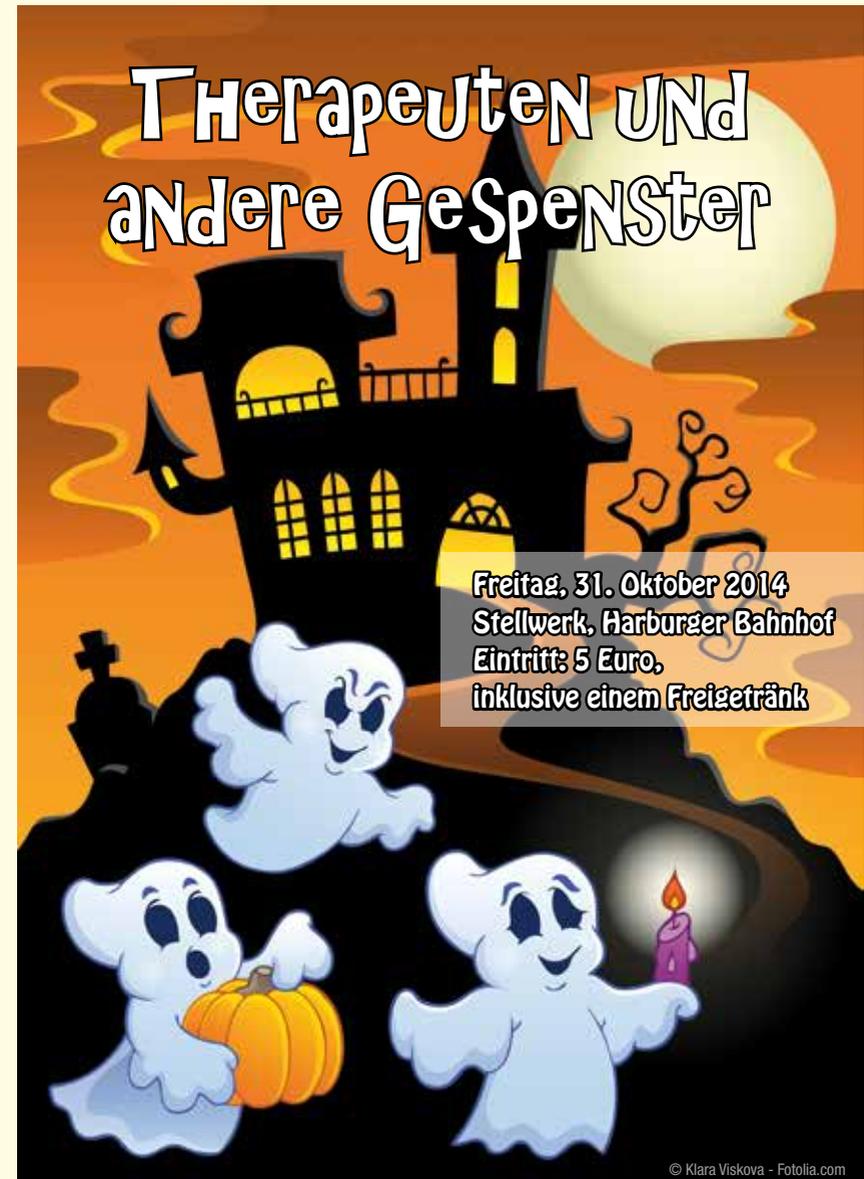
Ein Abend im Stellwerk zum Halloween mit interaktiver Lesung von und mit Schauspielerin Daniela Menge.

Danach Disco mit DJ Rolf und Tanzen, bis der Arzt kommt. Verkleidungen aller Art sind willkommen, aber keine Verpflichtung.

Veranstalter: Harburger Bündnis gegen Depression

Ort: Stellwerk, Harburger Bahnhof

Eintritt: 5 Euro, inklusive einem Freigetränk





„Das Gefühl der inneren Leere ist eine Form der chronischen Depression, so als trauere man ständig um den Verlust des eigenen, wahren Selbst.“

John Bradshaw, Das Kind in uns

„Das Leben hat keine Möglichkeit, sich zu wiederholen. Es kennt keinen Stillstand und beharrt nicht auf das, was gestern war. Es ist jetzt hier. Immer. Darum kennt es keine Depression.“

Daniel Herbst, Aus dem Einen

Harburger Bündnis gegen Depression

Das „Harburger Bündnis gegen Depression“ ist Teil des bundesweiten „Bündnis gegen Depression“ und wird durch das Kompetenznetz Depression unterstützt.

Unsere Ziele und Aufgaben sind:

- Mehr Aufmerksamkeit für das Krankheitsbild der Depression in Fachkreisen und der Öffentlichkeit
- Unterstützung von Präventions- und Früherkennungsmaßnahmen
- Unterstützung von Modellen der integrierten Versorgung durch Optimierung der Zusammenarbeit und Kooperation mit den vor Ort tätigen Einrichtungen (psychiatrischen und psychosomatischen Kliniken, Beratungseinrichtungen, Krisendiensten, niedergelassenen Ärzten/ Psychotherapeuten u.ä.)
- Unterstützung der Selbsthilfeinitiativen von Betroffenen und ihren Angehörigen
- Das besondere Ziel des Harburger Bündnisses: Unterstützung von Früherkennung von Depressionen am Arbeitsplatz.

10
JAHRE

Unsere Vereinsmitglieder sind:

- KISS Hamburg, Kontaktstelle Harburg
- DER HAFEN
Verein für psychosoziale Hilfe Harburg e.V.
- KAJÜTE Psychosoziale Kontakt- und
Beratungsstelle Süderelbe
- LOTSE Psychosoziale Kontakt- und
Beratungsstelle, Wilhelmsburg
- Brücke Harburg Kirchenkreis Hamburg-Ost
- Betrieb Elbe IV der Elbe-Werkstätten GmbH
- Hamburger Fachdienst
- Harburger Selbsthilfegruppen
- Asklepios Klinikum Harburg
- Krankenhaus Mariahilf
- Wilhelmsburger Krankenhaus „Groß-Sand“
- Gesundheitsamt Harburg
- Landesverband Angehörige psychisch Kranker Hamburg e.V.

Das Harburger Bündnis gegen Depression ist ein unabhängiger und gemeinnütziger Verein. Bitte unterstützen Sie unsere Arbeit!

Spendenkonto:

Harburger Bündnis gegen Depression e.V.
Hamburger Sparkasse
BLZ 200 505 50
Kto.-Nr. 1275124343



Sie können Ihre Spende steuerlich geltend machen!

10
JAHRE

harburger
bündnis
gegen

DEPRESSION



Woche für Seelische Gesundheit im Süden Hamburgs

28. bis 31. Oktober 2014

Ein Projekt des

Harburger Bündnis gegen Depression e.V.

Koordinatorin: Oksana Bruch, Diplom Psychologin

c/o Asklepios Klinik Harburg

Zentrum für seelische Gesundheit

Eißendorfer Pferdeweg 52, 21075 Hamburg

Telefon: 040 76 96 90 71 (AB)

Telefax: 040 76 96 90 72

hamburg-buendnis-depression@t-online.de

www.hamburg-buendnis-depression.de

Ein Projekt des Harburger Bündnis gegen Depression e.V. in Zusammenarbeit mit seinen Kooperationspartnern:

