

Bochumer Bündnis gegen Depression

Antriebslosigkeit / Erschöpfung / Interessenverlust / Innere Leere / unerklärliche Traurigkeit / Konzentrationsstörungen / Grübeln / Schlafstörungen / Innere Disharmonie / Suizidgedanken ...

Depression kann jeden treffen ...

... unabhängig von Alter, Geschlecht oder sozialem Status



Depression bedeutet nicht persönliches Versagen.

Depression ist eine Krankheit, wie jede andere Erkrankung auch!

Das **Bochumer Bündnis gegen Depression** ist ein Zusammenschluss verschiedener Experten, Betroffener und Angehöriger. Derzeit setzen sich 15 ehrenamtliche Mitglieder aktiv dafür ein:

- ✓ Depression gleichberechtigt neben andere Erkrankungen zu stellen
- ✓ Akzeptanz im Umgang mit der Krankheit und Erkrankten zu erreichen
- ✓ Möglichkeiten der Behandlung aufzuzeigen
- ✓ Psychiatrie als Ort der Entwicklung seelischer Gesundheit zu entstigmatisieren
- ✓ Psychotherapie als *gesellschaftlich anerkannte* Behandlungsform zu etablieren
- ✓ Betroffenen und Angehörigen durch Information Hilfestellungen zu geben
- ✓ Die schwer zu greifende Erkrankung in ihren Ausprägungen begreifbar zu machen
- ✓ Für Verbesserungen einzutreten

Unsere Sitzungen sind öffentlich. Wir treffen uns an jedem ersten Dienstag der ungeraden Monate von 18.30 – 20.00 Uhr im Gesellschaftszimmer des Hauses der Begegnung, Alsenstraße 19A.

Zu unseren Aktionen gehören Vorträge und Veranstaltungen in der Öffentlichkeit, ein regelmäßiger offener Stammtisch sowie Pressearbeit. Die aktive Mitarbeit Betroffener und Angehöriger ist ausdrücklich erwünscht, damit bedarfsgerecht reagiert, aufgeklärt und für Verbesserungen eingetreten werden kann.

Kommen Sie zu unseren Sitzungen

Schreiben Sie uns Ihre Bedürfnisse, Wünsche und Anregungen

Nutzen Sie unsere Fragebögen zu Therapie-Erfahrungen und Therapie-Hindernissen im Internet

Kontakt: Sabine Schemmann: schemmann@bochumer-buendnis-depression.de
Hans-Jürgen Koch: koch@bochumer-buendnis-depression.de
Holger Rüsberg: ruesberg@bochumer-buendnis-depression.de

www.bochumer-buendnis-depression.de