


Leipziger  
bündnis  
gegen  
**DEPRESSION** e.V.



Aufklärung | Beratung | Selbsthilfe



*Wer wir sind.  
Wofür wir stehen.  
Was wir anbieten.*

## Wer wir sind

Wir sind ein **gemeinnütziger Verein**, der sich für Aufklärung, Akzeptanz und Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen – insbesondere der Depression – einsetzt.

Unser Verein besteht aus dem **Vorstand**, vielen **Ehrenamtlichen** und einem **hauptamtlich** arbeitenden Team. Der Vorstand wird von den **Mitgliedern** gewählt und vom **Wissenschaftlichen Beirat** beraten. Wir sind eins von etwa 90 regionalen Bündnissen unter dem Dach der *Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention*.

## Wofür wir stehen

- **Förderung** des gesundheitlichen Wohlbefindens psychisch Erkrankter mit Depression und **Suizidprävention**
- **Akzeptanz** und **Entstigmatisierung** von psychischen Erkrankungen
- **Unabhängigkeit** in religiösen und politischen Fragen und von der Pharmaindustrie
- **Gemeinnützigkeit** – unsere Arbeit ist nicht gewinnorientiert und wird aus Mitgliedsbeiträgen, Spenden und Fördermitteln finanziert.

Wir betrachten die Erkrankung Depression als **vielseitiges Geschehen**, bei dem neurobiologische, genetische und psychosoziale Aspekte eine Rolle spielen. In unserer Arbeit orientieren wir uns an der *Nationalen Versorgungsleitlinie Unipolare Depression*.



Erfahren Sie mehr bei **instagram** und im **Newsletter**:

# Was wir anbieten

## Aufklärung

- **Wissensvermittlung** für Betroffene und ihr soziales Umfeld sowie für die breite Öffentlichkeit über **Infokampagnen und (soziale) Medien**
- **Schulungen** für Unternehmen, gemeinnützige Organisationen und Bildungseinrichtungen sowie ärztlich, therapeutisch und pädagogisch arbeitende Personen und Gruppen

## Beratung

- für **Betroffene** und ihr **soziales Umfeld**
- **Orientierung** in der Leipziger Versorgungsstruktur
- **Wissensvermittlung** und **Hilfe zur Selbsthilfe**
- vor Ort, telefonisch, per E-Mail

## Selbsthilfe und Veranstaltungen

- **Konzeption, Etablierung und Unterstützung** von Selbsthilfegruppen sowie peer-to-peer-basierten Formaten
- **Selbsthilfe- und Freizeitangebote**, z.B. in den Bereichen: Sport, Theater, kreatives Gestalten, Musik, Entspannung und Psychoedukation

## Netzwerkarbeit

Wir vernetzen uns mit Akteur\*innen der regionalen psychosozialen und medizinisch-therapeutischen Versorgung, Krankenkassen, Fachgremien, Vereinen, Selbsthilfegruppen und -kontaktstellen. Dadurch leisten wir einen Beitrag zum **Trialog** zwischen Betroffenen, ihrem sozialen Umfeld und dem Fachpersonal aus der Versorgung.

 leipzig\_gegen\_depression

 [buendnis-depression-leipzig.de/newsletter](https://buendnis-depression-leipzig.de/newsletter)



# Unsere Schulungen

Wir bieten Schulungen und Workshopformate mit zielgruppenspezifischen Materialien an.

## Ziele

- **Aufklärung** über psychische Erkrankungen mit Fokus auf Depression und Suizidalität
- **Vermittlung** von Grundkenntnissen zu Merkmalen und Hintergründen sowie angemessener Gesprächsführung mit Betroffenen
- **Aufzeigen** von Hilfsmöglichkeiten und Präventionsmaßnahmen, beispielsweise in Hinblick auf ein gesundes Arbeitsklima und die Reduzierung von Fehlzeiten

## Zielgruppen (Auswahl)

- Führungskräfte und Teams
- Pädagog\*innen und Sozialarbeiter\*innen
- Pflegepersonal und beratende Berufe
- ärztliches Personal und Apotheker\*innen

## Methodik

Wir stimmen Inhalte und Methodik auf die Erfordernisse Ihrer Zielgruppe ab mithilfe von:

- **Fachimpulsen** (Vortrag mit Präsentation)
- **Workshops, Gruppenarbeit, Fallbeispielen**
- **Erfahrungsaustausch und Übungen**

## Unsere Referierenden

Die freien Referierenden verfügen über **fundierte Fachqualifikationen**, ein breites medizinisches und/oder psychologisches Wissen sowie praktische Erfahrungen im Umgang mit Patient\*innen.

Senden Sie **Ihre Anfrage** gern an:

✉ [schulungen@buendnis-depression-leipzig.de](mailto:schulungen@buendnis-depression-leipzig.de)

## *Unterstützen Sie uns*

### *Werden Sie Sponsor*

Mit einem Sponsoring tragen Sie **aktiv** dazu bei, das Thema mentale Gesundheit in Ihrer Organisation noch stärker ins **Bewusstsein** zu rücken und setzen damit ein wichtiges Zeichen. Melden Sie sich gern!

### *Spenden Sie*

Sie können mit Ihrer Spende einen **wichtigen Beitrag** zur Verbesserung der Situation depressiv erkrankter Menschen in und um Leipzig leisten. Ihre Spende hilft uns, unsere **Aufklärungsarbeit** und somit den Abbau von Vorurteilen voranzubringen.

**Spendenkonto:** SozialBank

**IBAN:** DE87 3702 0500 0001 7079 00

**Name:** Leipziger Bündnis gegen Depression e.V.

Für eine **Spendenquittung** nennen Sie uns im Verwendungszweck bitte eine E-Mail-Adresse.


### *Engagieren Sie sich*

Ihre **Mitgliedschaft** unterstützt unser Engagement zur Förderung der psychischen Gesundheit depressiv Erkrankter. (Juristische) Einzelpersonen und Personengruppen können Mitglied werden und in der Mitgliederversammlung mitbestimmen.

Über eine **Fördermitgliedschaft** unterstützen Sie unsere Arbeit mit einem jährlichen Beitrag, jedoch ohne Wahlrecht in der Mitgliederversammlung.

Oder spenden Sie Ihre Zeit und bringen sich in unser **Ehrenamtsteam** ein.

Alle Informationen und Kontakt zu Unterstützungsmöglichkeiten:

 [buendnis-depression-leipzig.de/  
unterstuetzen-sie-uns](http://buendnis-depression-leipzig.de/unterstuetzen-sie-uns)



## Warum unsere Arbeit zählt

Wir leisten **Aufklärungsarbeit** und schaffen **Gemeinschaftserlebnisse**. Denn neben den belastenden Symptomen einer Erkrankung gibt es Vorurteile und Unsicherheiten im Umgang damit. Unser Verein versteht sich als **Wegweiser, Unterstützer und Treffpunkt** für Betroffene und ihr soziales Umfeld.

### *Es ist wichtig zu wissen:*

- **Eine Depression kann jede\*n treffen:** Menschen aller Berufe, sozialen Verhältnisse, Charaktere, Temperamente, Geschlechter und Altersgruppen (vom Kindes- bis ins Seniorenalter).
- Eine Depression ist **kein persönliches Versagen**, sondern eine häufig auftretende **Erkrankung** mit vielfältigen Ursachen und Auslösern.
- Depression hat **viele** Gesichter.
- **Etwa 10.000 Menschen** sterben in Deutschland jährlich durch **Suizid**. Häufig ist die Ursache eine psychische Erkrankung, meist eine Depression.
- Beinahe jede zweite gesundheitsbedingte **Frühberentung** ist psychisch bedingt, am häufigsten aufgrund der Diagnose Depression.
- Depression ist in der Regel **gut behandelbar**.

## Kontakt, Beratung, Infos



- ✉ [info@buendnis-depression-leipzig.de](mailto:info@buendnis-depression-leipzig.de)
- ☎ 0341 56 68 66 00
- 📍 Hinrichsenstraße 35 | 04105 Leipzig
- 🌐 [buendnis-depression-leipzig.de](http://buendnis-depression-leipzig.de)
- 📷 [leipzig\\_gegen\\_depression](https://www.instagram.com/leipzig_gegen_depression)
- 📘 [fb.com/LBgDeV](https://www.facebook.com/LBgDeV)