

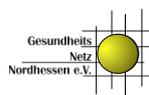
# Gesundheit im Gespräch

Kassel **documenta Stadt**  
Gesundheitsamt  
Region Kassel

**Landkreis  
Kassel**



**vhs**  
Volkshochschule  
Region Kassel



## Depressionen Wege aus dem tiefen Tal

am Dienstag, den 24. Oktober 2023

18.30 bis 20.00 Uhr

(Einlass 18.00 Uhr)

im Hermann-Schafft-Saal, Wilhelmshöher Allee 19-21

Eine Depression ist mehr als ein vorübergehendes Stimmungstief, sie ist eine ernst zu nehmende Erkrankung, die das Denken, Fühlen und Handeln der Betroffenen tiefgehend beeinflusst. Über 5 Millionen Menschen in Deutschland sind depressiv erkrankt, und auch die Angehörigen leiden mit. Positives Denken allein und Selbstoptimierungsratgeber helfen aus dem tiefen Tal dann nicht mehr heraus. Die Betroffenen benötigen eine fachärztliche und psychotherapeutische Behandlung. Die Veranstaltung bietet eine erste Orientierung im Dschungel der vielfältigen Angebote für Erwachsene und stellt zwei aus der Region näher vor.

Im Verlauf der Veranstaltung wird grundlegendes Fachwissen vermittelt, um was es sich bei einer Depression handelt und mit welchen Symptomen sie sich bemerkbar macht. Im Gespräch mit den Expertinnen und Experten auf dem Podium erfährt das Publikum mehr darüber, wann eine ambulante Behandlung und wann ein stationärer Krankenhausaufenthalt, sinnvoll ist und welche Psychopharmaka zur Zeit angewendet werden. Vorgestellt wird die Behandlung auf einer Depressionsstation mit modernem verhaltenstherapeutischem Schwerpunkt und die stationsäquivalente Behandlung zu Hause (StäB) als neue Alternative. Anhand persönlicher Erfahrungen der Selbsthilfegruppenvertreterin erfährt man mehr über Strategien bei der ambulanten Psychotherapieplatzsuche und was man mit Unterstützung der Selbsthilfegruppe für sich tun kann.

Mitwirkende auf dem Podium sind: Antje Stemmler, Leitende psychologische Psychotherapeutin, stationäre Behandlung depressiv Erkrankter, und Charlotte von Bremen, Psychologin im Bereich stationsäquivalente Behandlung, beide in der Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Kassel, Michael Höckel, Leiter der Apotheke der Gesundheit Nordhessen im Klinikum Kassel, sowie Bianca Löffler, Selbsthilfegruppe Denkwandel Kaufungen. Moderiert wird der Abend von Carola Jantzen, Leiterin der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen KISS im Gesundheitsamt Region Kassel.

Die letzte halbe Stunde werden Fragen aus dem Publikum beantwortet. Es ist möglich, Fragen vorab per Mail einzureichen an [gig@kassel.de](mailto:gig@kassel.de). Die Veranstaltung wird simultan in Gebärdensprache übersetzt, für schwer hörende Menschen steht eine Hörverstärkungsanlage zur Verfügung. Der Eintritt ist frei.

Mit freundlicher Unterstützung der Gemeinschaft der selbsthilfefördernden gesetzlichen Krankenkassen:



Die Veranstaltung wird von clipmedia aufgezeichnet und im Offenen Kanal Kassel ausgestrahlt. Die Aufzeichnungen finden Sie auch im [Vimeo Videoportal](#) oder bei [Gesundheit im Gespräch](#)