

Saarländisches Bündnis gegen Depression

Tätigkeitsbericht 2009

Das Saarländische Bündnis gegen Depression verfolgt das Ziel, die Lebens- und Behandlungssituation depressiv erkrankter Menschen und ihrer Angehörigen zu verbessern. In einem Zeitraum von drei Jahren werden, angelehnt an das Konzept des Deutschen Bündnisses gegen Depression, Interventionen auf mehreren Ebenen durchgeführt:

- Aufklärung und Information der saarländischen Bevölkerung über die Erkrankung, deren Behandlungsmöglichkeiten und vorhandene Unterstützungsangebote. Solche Maßnahmen fördern nicht nur einen vorurteilsfreieren Umgang mit depressiv erkrankten Menschen sondern können dazu beitragen, dass Betroffene und Angehörige früher Hilfe suchen und annehmen; ein wichtiger Baustein im Bereich der Suizidprävention.
- Fortbildung/Schulung von Profis aus dem medizinischen und sozialen Bereich, damit zukünftig die Erkrankung besser erkannt und erfolgreich behandelt werden kann.
- Stärkung der Selbsthilfe als einem wichtigen Unterstützungsangebot d.h. Aufbau neuer Selbsthilfegruppen für Depressionen und Schulung der bestehenden, Fortbildung für Selbsthilfegruppen mit angrenzender Thematik wie Sucht, chronische Erkrankung etc.
- eine bessere Vernetzung der Beratungs- und Behandlungsangebote und der Selbsthilfe

Um diese Vorhaben umsetzen zu können, war und ist es notwendig, das Saarländische Bündnis gegen Depression auf eine breite Basis zu stellen und eine arbeitsfähige Bündnisstruktur aufzubauen. Das Saarländische Bündnis ist als Projekt bei der Landesvereinigung SELBSTHILFE e.V. verortet und eng verknüpft mit der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe; auf diese Weise wird nicht nur die enge Einbindung der Selbsthilfe gewährleistet, es können so auch das gesamte Know-how und bereits bestehende Kooperationsbeziehungen erfolgreich eingesetzt werden. Der Initiativkreis aus Vertretern des Ministeriums, der Krankenkassen, der Psychotherapeutenkammer, der Ärztekammer, der Kliniken, der Telefonseelsorge, der KISS und der Selbsthilfe, der das Bündnis auf den Weg gebracht hat, wird weiterhin als Lenkungs-gremium fungieren; ihm zur Seite stehen das Koordinatorenteam (Experte aus der Selbsthilfe und ein Diplompsychologe) und die Projektleitung von Seiten der KISS, die für die konkrete Planung und Durchführung der Aktionen und die Beschaffung der Finanzmittel zuständig sind.

Schwerpunkte der Bündnisarbeit im ersten Jahr lagen auf dem Bekanntmachen des Saarländischen Bündnisses in der Öffentlichkeit und der Suche nach weiteren Kooperationspartnern, der Verankerung des Themas „Depression“ im öffentlichen Bewusstsein durch Aufklärungs- und Informationsarbeit und der Initiierung neuer Selbsthilfegruppen.



Die finanzielle Förderung des saarländischen Gesundheitsministeriums in Form von Werkverträgen und die Zuschüsse der gesetzlichen Krankenkassen aus Projektmitteln nach § 20 c, SGB V haben die Basis geschaffen für die Umsetzung der geplanten Aktivitäten, dazu kamen aktionsbezogene Zuschüsse, Spenden und ein Eigenanteil des Trägers.

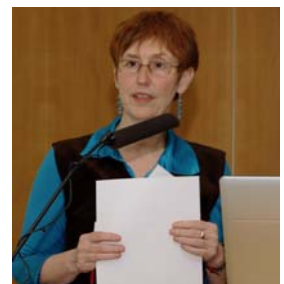
1.) Auftaktveranstaltung, Aufbau der Bündnisstruktur und Vernetzung

Zum **offiziellen Start** des Saarländischen Bündnisses gegen Depression am **13. Mai** hatte das saarländische Gesundheitsministerium mit dem Initiativkreis eine Veranstaltung bei der IHK Saarbrücken organisiert, bei der neben einer saarländischen Expertenrunde auch Prof. Hegerl als Gründungsvater des Deutschen Bündnisses einen Vortrag hielt. Die Schirmherrschaft hatte Gesundheitsminister Prof. Gerhard Vigener. Bianca Kappler (Olympiateilnehmerin, mehrfache Deutsche Meisterin im Weitsprung) konnte als Botschafterin für das Saarländische Bündnis gegen Depression gewonnen werden. 120 geladene Gäste aus dem medizinisch-therapeutischen Bereich, dem öffentlichen Gesundheitswesen, aus Wirtschaft und Politik sowie aus der Selbsthilfe nahmen an der Auftaktveranstaltung teil. Hierzu gab es in den Medien (Saarbrücker Zeitung, Wochen Spiegel, Aktueller Bericht, SR 3, Selbsthilfe aktuell) eine umfangreiche Berichterstattung.

Bei der Auftaktveranstaltung waren die Teilnehmenden zur Mitgestaltung der Bündnisaktivitäten aufgerufen und für ein zeitnahes Treffen eingeladen. Ca. 15 Personen aus dem professionellen und Selbsthilfebereich interessierten sich für die Schwerpunkte Sport, Arbeit, Migration, Krebserkrankung, Alter und Depression sowie Fortbildungen für Selbsthilfegruppen und Hausärzte, sie arbeiten seitdem im **erweiterten Initiativkreis** mit. Es bildete sich eine **Arbeitsgruppe** zur Vorbereitung des 10. Welt-Tages der **Suizidprävention** aus Vertretern des Initiativkreises und der evangelischen und katholischen Kirche.

Neben den 6 Sitzungen des erweiterten Initiativkreises in 2009, der im Sinne eines Steuerungsgremiums die Schwerpunktsetzung und Abstimmung der Aktivitäten zur Aufgabe hat, führten das Koordinatorenteam und die Projektleitung zahlreiche Gespräche mit **weiteren Kooperationspartnern** und **Multiplikatoren** aus unterschiedlichen Bereichen:

- auf ärztlicher Seite mit der kassenärztliche Vereinigung des Saarlandes, dem Berufsverband der saarländischen Nervenärzte und Psychiater, dem Saarländischen Hausärzterverband, den Gesundheitsämtern
- im Bereich Arbeitswelt: VSU – Verband Saarländischer Unternehmer, Michelin Homburg, Arbeitskammer des Saarlandes
- mit Bildungseinrichtungen wie KEB Dillingen, Haus der Familie Merzig
- im Bereich Sport: LC asics Rehlingen, Fitnessgruppe für Menschen mit seelischen Problemen, Laufgemeinschaft Saarbrücken, Sportwissenschaftliches Institut der Universität Saarbrücken, Landessportverband, Fußballverband
- im Bereich Migration: Arbeitsstelle Migration und Fremdenfeindlichkeit, Dillingen
- im Bereich der Seelsorge: Krankenhaus, ev. Kirchenkreise, Bistum Trier



Das Saarländische Bündnis ist eng **vernetzt** mit dem deutschen Bündnis gegen Depression und anderen regionalen Initiativen durch einen Kooperationsvertrag, der ihm die Nutzung der Informations- und Schulungsmaterialien und die Unterstützung der Bündniszentrale zusichert. Zu diesen Leistungen gehört auch ein zweimal jährlich stattfindendes Ausweitungstreffen in Leipzig, das dem Austausch, der Rückkoppelung, der Fortbildung und der Ideenentwicklung dient. Das Koordinatorenteam und die Projektleitung nehmen an diesen Treffen teil.

Das Interesse am Saarländischen Bündnis gegen Depression, insbesondere an der starken Einbindung der Selbsthilfe, ist über die Landesgrenze hinaus groß: Bei der Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen in Saarbrücken und bei einer Veranstaltung in Trier zur Gründung von lokalen Bündnissen in Rheinland-Pfalz wurde das Projekt vorgestellt; Kontakte zur SEKIS nach Potsdam, die auch ein Bündnis auf den Weg bringen will, bestehen ebenfalls.

2) Aufklärungs- und Informationsarbeit

Neben der Öffentlichkeitsarbeit allgemein in Form von Infoständen, Homepage etc. wurden Informationsveranstaltungen zu bestimmten Schwerpunktthemen wie Depression in Familie und Partnerschaft organisiert und zu speziellen Daten mit Symbolcharakter wie dem Welt-Tag der Suizidprävention eigene Aktionen geplant. Die Kernbotschaften des Bündnisses - Depression kann jeden treffen, Depression hat viele Gesichter und Depression ist behandelbar - sollten auf möglichst vielfältige Art und Weise ins öffentliche Bewusstsein gerückt werden. Dabei war wichtig, die einzelnen Aktivitäten zeitlich aufeinander abzustimmen z.B. die Ausstrahlung des Kinospots und ein Infostand im jeweiligen Landkreis, landesweite Aktionen in allen Landkreisen am selben Tag und begleitende Pressearbeit, damit das Thema „Depression“ auf möglichst unterschiedlichen Kanälen und Medien gleichzeitig präsent ist.

Ebenso wichtig war die Suche nach geeigneten Kooperationspartnern und Unterstützern für die einzelnen Aktionen bzw. die Einbindung der Aktivitäten in einen größeren Rahmen. Dabei konnten viele Synergieeffekte zwischen den Aktivitäten der KISS, der Landesvereinigung SELBSTHILFE und dem Bündnis genutzt werden.

2.1. Öffentlichkeitsarbeit allgemein

Vielfach konnte auf bewährte Materialien und Konzepte der Bündniszentrale zurückgegriffen werden z.B. bei den Broschüren, anderes musste angeglichen werden wie die Plakate. Besonders der Bündnisflyer mit den Hilfsangeboten im Saarland war vom Abstimmungsbedarf her sehr zeitintensiv. Vom Projektteam selbst entwickelt wurde das Konzept des Informationsstandes mit Bodenzeitung, Stimmungskarten und Würfeln.

- Entwurf und Adaption des **Flyers mit Informationen und Hilfsangeboten** (Auflage 100.000). Konzeption des Flyer-Einlegeblattes für den Regionalverband Saarbrücken mit örtlichen Hilfsangeboten, Versand von bisher 15.000 Flyern mit Einlegeblatt an Hausärzte, Fachärzte und Psychotherapeuten im Regionalverband Saarbrücken durch die Kassenärztliche Vereinigung des Saarlandes



- Aufbau und Pflege der **Internetseite** www.depression-saarland.de
- Adaption **Kinospot** „Depression“ und Ausstrahlung von Mai bis Oktober für jeweils vier Wochen in Saarbrücken (Cinestar, Passage-Kino), Saarlouis, Wadern, Losheim, Lebach
- **6 Infostände von Mai bis Oktober** in Saarbrücken Bahnhofstraße (zeitnah zur Auftaktveranstaltung) und beim Gemeinschaftsstand Selbsthilfe auf der „Welt der Familie“, in Saarlouis Kleiner Markt im Rahmen der Aktionswoche Alkohol, in Völklingen im Rahmen des 2. Saarländischen Familientages, in Merzig zum Weltsuizidpräventionstag, in Lebach beim Selbsthilfe- und Gesundheitstag des AK's Selbsthilfe im Landkreis Saarlouis
- **Infoveranstaltung** in Kooperation mit der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB Dillingen) im September mit Gründung einer Selbsthilfegruppe
- **Medienarbeit:** SZ-Telefondoktor zum Thema Depression zeitnah zur Auftaktveranstaltung, SR 1 Sendung „Abendrot“: einstündige Informationssendung zum Thema Depression. Zu den einzelnen Aktionen gab es eine ausführliche Berichterstattung
- Dreiwöchige **Plakataktion** im November „Depression kann jeden treffen“, 135 beleuchtete großformatige Werbetafeln (JCDecaux) im Stadtgebiet Saarbrücken, zeitnah zum Lauf gegen Depression am 31.10.09



2.2. Schwerpunktveranstaltungen im September und Dezember

- **„So nah und doch so fern“ - Depression in Familie und Partnerschaft**
Im Rahmen der einwöchigen Verbraucherausstellung „Welt der Familie“ im September organisierte die Landesvereinigung SELBSTHILFE einen Gemeinschaftsstand für Selbsthilfegruppen. Das Saarländische Bündnis beteiligte sich und gestaltete mit dem Arbeitskreis „Hilfen für Kinder psychisch kranker Eltern“ einen zweistündigen Informations- und Erfahrungsaustausch mit Interviews, Diskussion, Filmsequenzen und interaktiven Elementen. Eingeladen waren Experten von Betroffenen-, Angehörigen- und von professioneller Seite. Im Blickpunkt stand auch die besondere Situation der Kinder mit einem depressiv erkrankten Elternteil. Mit ca. 80 TeilnehmerInnen war das offene Forum sehr gut besucht. Dr. Jeanette Bischkopf, eine der Interviewpartnerinnen und Buchautorin, war in SR 2-Radiosendung „Bücherlese“ mit Dr. Jürgen Albers zu Gast.
- **Veranstaltungsreihe „Depression und Arbeitswelt“ in Kooperation mit der Arbeitskammer** In den Vorgesprächen mit dem Kooperationspartner wurde die Wichtigkeit der Thematik von der Arbeitskammer unterstrichen, so dass 4 - 6 Veranstaltungen mit unterschiedlicher inhaltlicher Schwerpunktsetzung organisiert werden sollen. Den Einstieg zu der Reihe des AK-Forums bildete die Veranstaltung „ Wenn die Seele streikt – psychische Belastungen am Arbeitsplatz“ mit dem Arbeits- und Gesundheitswissenschaftler Dr. Wolfgang Hien am 7. Dezember. Von den über 200 Anmeldungen konnten aufgrund der örtlichen Gege-



benheiten lediglich 150 BesucherInnen an der zweistündigen Veranstaltung teilnehmen. Der Referent war zu Interviews auf SR 3 und SR 2 eingeladen.



2.3. Aktionen zu Tagen mit Symbolcharakter

„Darüber reden kann Leben retten“ - Weltsuizidpräventionstag 10. September

In Kooperation mit der Telefonseelsorge, dem Katholischen Dekanat Saarbrücken, den evangelischen Kirchenkreisen, der Initiatorin der Selbsthilfegruppe Angehörige um Suizid und dem Bündnis wurden folgende Aktionen organisiert:

- Postkartenaktion mit Hilfsangeboten und Hinweis auf Aktionen (20.000 Postkarten als „free cards“ und über die Kirchen) im Vorfeld
- Zeitgleich wurden in allen Landkreisen Aktionen durch Selbsthilfegruppen von Betroffenen und Angehörigen durchgeführt. Auf Bodenplakaten wurde auf die 135 Menschen aufmerksam gemacht, die sich 2007 im Saarland das Leben nahmen. Die Aktionen fanden statt in St. Ingbert, St. Wendel, Homburg, Neunkirchen, Saarlouis, Saarbrücken; in Merzig im Rahmen eines Infostandes durch SHG- Klinik und Hilfeplankonferenz
- Diskussionsveranstaltung Suizidprävention im Kirchenladen Saarbrücken mit der katholischen Leiterin der Telefonseelsorge, dem Bündniskoordinator aus der Selbsthilfe und dem Chefarzt der SHG Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Merzig, spätere Ausstrahlung in der SR 2 Sendung Diskurs
- Ökumenischer Gottesdienst in der Basilika St. Johann von der Vorbereitungsgruppe gestaltet



Ausführliche Berichterstattung zu den Aktionen in allen Landkreisen und zum Thema „Depression und Suizid“, Interviews in Presse und Rundfunk (SR 3, Unser Ding: Thema „Suizidprävention“)



„Für ein faires Miteinander“ – Erster Lauf gegen Depression 31. Oktober

Zahlreiche wissenschaftliche Studien belegen, dass sportliche Aktivitäten in Bezug auf Depressionen präventiv wirken und den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen. Gleichzeitig sind gemeinsame Aktivitäten die beste Form, um Vorurteile abzubauen; eine Laufveranstaltung ohne Zeitmessung, aber mit Informationsbeiträgen und attraktivem Rahmenprogramm für Familien bietet dazu das geeignete Umfeld und erlaubt das Thema in lockerer Form in der Öffentlichkeit zu positionieren. Unterstützt von der Oberbürgermeisterin der Landeshauptstadt und der Bündnisbotschafterin Bianca Kappler fand im Monat der seelischen Gesundheit (internationaler Tag 10.10.) im Deutsch-Französischen Garten Saarbrücken der erste saarländische Lauf gegen Depression statt. Mehr als 60 TeilnehmerInnen aus Selbsthilfegruppen, aus den Reihen der Bündnismitglieder und aus Laufgemeinschaften, auch aus dem benachbarten Frankreich, traten zum Start an. Ankündigung des Laufes gegen Depression bei Radio Salü und Interview zum Thema „Depression“, Berichterstattung in der Presse (Vorankündigung, Nachbericht).



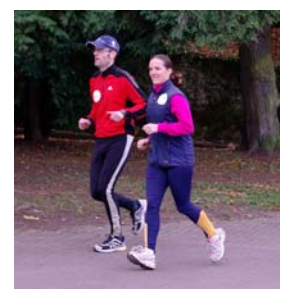
3) Stärkung des Selbsthilfgedankens und Initiierung neuer Selbsthilfegruppen

Besonders im Gründungsjahr war es wichtig zu vermitteln, dass die Stärkung der Selbsthilfe ein zentrales Anliegen des Saarländischen Bündnisses ist. Dieses Ziel wird generell auf mehreren Ebenen verfolgt:

- Im Bereich der Bündnisorganisation durch die enge Anbindung an die Landesvereinigung SELBSTHILFE e.V. als Spitzenverband chronisch kranker und behinderter Menschen im Saarland und an die KISS, durch die starke Vertretung der Selbsthilfegruppen/verbände im Initiativkreis sowie durch die Tandembesetzung des Koordinatorenteams. Dadurch können zum einen die Interessen der Betroffenen und Angehörigen besser einfließen, und zum anderen tragen die Erfahrungen in der konkreten Zusammenarbeit von Profis und SelbsthilfevertreterInnen zum gegenseitigen Verständnis und zur gegenseitigen Akzeptanz bei.
- Im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit durch konsequente Einbindung von Betroffenen und Angehörigen als „Experten in eigener Sache“ bei Veranstaltungen, Interviews und lokalen Aktionen; in allen Informationsmaterialien durch den konsequenten und zentralen Hinweis auf Selbsthilfeangebote.
- Im Bereich der Unterstützung von Gründungsinitiativen durch die Koppelung von Informationsveranstaltungen zum Thema „Depression“ mit Informationen zur Selbsthilfegruppenarbeit und insbesondere durch ein „Patenmodell“, bei dem der Bündniskoordinator als langjähriger Ansprechpartner der Saarbrücker Gruppe in enger Absprache mit der KISS die Begleitung in der Anfangsphase mit übernimmt. Es gründeten sich auf diese Weise die erste Selbsthilfegruppe Depression Dillingen im September mit 10 TeilnehmerInnen, eine zweite und wegen des großen Andrangs voraussichtlich eine dritte Gruppe in Saarbrücken im Dezember; geplant ist für Januar 2010 eine Gruppengründung in Nonnweiler/Kreis St. Wendel. Die Angehörigengruppe um Suizid (12 TN) entstand auf Initiative einer Notfallseelsorgerin, die auch Mitglied im Initiativkreis ist und die gleichzeitig den Impuls zu den Aktivitäten zum Welt-Tag der Suizidprävention gab.

Resümee

Die Resonanz auf die Öffentlichkeitsarbeit des Saarländischen Bündnisses gegen Depression ist als außerordentlich gut zu bezeichnen. Die Vielfalt der Aktivitäten und die zum Teil sehr ausführliche Berichterstattung in den saarländischen Medien führten zu einer starken Nachfrage nach Informationsmaterial und Unterstützungsangeboten. Mehr als 1000 Informationsbroschüren „Depression – ein Ratgeber“ und 20.000 Flyer wurden in den letzten sechs Monaten verteilt und versandt. Im Zeitraum Mai bis November 2009 konnten auf der Bündnishomepage rund 6000 BesucherInnen verzeichnet werden. Im Rahmen der Plakataktion waren es durchschnittlich 5 Anfragen täglich, ausgelöst durch die Berichterstattung zum Suizid Robert Enkes in der Spitze bis zu 25 an einem Tag, die von den Bündniskoordinatoren beantwortet wurden. Auch die Kontaktstelle verzeichnete einen Anstieg an Anfragen. Darüber hinaus wurden vier neue Selbsthilfegruppen ge-



gründet; zahlreiche Kooperationspartner konnten für eine dauerhafte Mitarbeit im Bündnis sowie für die verschiedenen Aktionen gewonnen werden.

Die partnerschaftliche Zusammenarbeit im Initiativkreis mit allen beteiligten Institutionen, Selbsthilfegruppen und den Förderern kann als äußerst produktiv bezeichnet werden; von der Bündniszentrale in Leipzig wurde das Saarländische Bündnis jederzeit kompetent und schnell unterstützt.

Ausblick 2010

Neben der Fortführung der Aktivitäten im Bereich Öffentlichkeitsarbeit allgemein z.B. landkreisbezogene Einlegeblätter, Aktionen zum Suizidpräventionstag und Lauf gegen Depression wird der inhaltliche Schwerpunkt hier auf der Situation von Kindern und Jugendlichen liegen. Dazu soll unter anderem das Filmfestival „Ausnahmestand – Verückt nach Leben“ von Irrsinnig Menschlich e.V. im Rahmen der saarländischen Schulkinowoche aufgeführt werden. Erste Kontakte zum Kooperationspartner, der Landeszentrale für politische Bildung im Saarland, sind geknüpft.

In 2010 soll auch die Ebene der Fortbildungen erstmals angegangen werden: Im Fokus steht die Entwicklung eines modularen Angebots mit Basisinformationen zu Depression für Selbsthilfegruppen aus dem Bereich chronische Erkrankungen und Behinderungen; mit vertiefenden Informationen für Gruppen aus dem Bereich Krebserkrankungen, Sucht und anderen psychischen Erkrankungen und mit einem speziellen Baustein für Depressionsgruppen zu den Themen Wahrnehmung von Gefühlen, Umgang mit negativen Kognitionen und Umgang mit Suizidgedanken und Suizidalität. Für die Zielgruppe der Hausärzte ist ein Fortbildungsangebot angedacht in Kooperation mit dem entsprechenden Berufsverband bzw. der Ärztekammer.

Das Inkrafttreten der ersten nationalen Versorgungsleitlinie für unipolare depressive Störungen mit den darin enthaltenen Empfehlungen zur Diagnose, Behandlung und Unterstützung depressiv erkrankter Menschen und dem Vernetzungsgebot der beteiligten Akteure wird den Zielsetzungen des saarländischen Bündnis gegen Depression neuen Auftrieb verleihen. Nur mit dem weiteren Ausbau des Bündnisses, vor allem mit der Sicherstellung der finanziellen und personellen Ressourcen, können dieser wichtige Impuls genutzt und die geplanten Aktivitäten umgesetzt werden. Deshalb wird die Beschaffung der dazu notwendigen Mittel vorrangig zu behandeln sein.

Dezember 2009

Petra Otto
Projektleitung

Frank Lessel, Frank Weinsheimer
Koordination

