



Wieder Himmel sehen... trotz Depression

Ausbildung zum ehrenamtlichen Depressions-Begleiter

Ein Angebot des Netzwerkes der Bündnispartnerschaften



insile Institut für
Sicherheit
und Leben

aktiv.seelisch.gesund.
Rösrath e.V.



www.depression-rbk.de

www.insile.de

www.aktiv-seelisch-gesund.de

www.remboldstiftung.de

Netzwerk ehrenamtliche Depressions-Begleiter

www.nw-depressionsbegleitung.de



Fotorechte: van der Mehr

Viele von der Volkskrankheit Depression betroffene Menschen und Ihre Angehörige erfahren, dass

- > sie gefühlt viel zu lange auf einen Therapieplatz warten müssen.
- > sie nach den erreichten Therapieerfolgen zu Hause alleine da stehen, sich hilflos und allein gelassen fühlen.

Es kann schwer fallen, das in der stationären Behandlung Erlernte daheim weiter anzuwenden. Und die noch fehlende innere Stabilität kann dazu beitragen, dass selbst kleine Alltagshindernisse erneute Krisen auslösen können. Beides führt zu einer sehr hohen Rückfallquote und Wiedererkrankungsrate (etwa 50-70%), die nachweislich durch begleitende Unterstützung und Präventionsangebote gesenkt werden können.

Depressions-Begleiter haben eine Ausbildung zum Thema Depression und entweder Betroffenenkompetenz oder Fachverfahren, um Erkrankte und ihre Angehörigen zu Hause begleiten zu können. Dies erfolgt unbürokratisch, individuell und bedarfsorientiert. Ein Depressions-Begleiter ersetzt keine Therapie, Behandlung oder sozialpsychiatrische Hilfen, sondern ist ein niederschwelliges Angebot zur Alltagsbewältigung und Krisenprävention. Die Erstkontaktaufnahme erfolgt über ein örtliches Netzwerk. Die Depression-Begleiter erfahren dort Unterstützung, Austausch und Fortbildungen.

Haben Sie Möglichkeiten selbst ein Netzwerk in Ihrer Gegend aufzubauen oder ein solches Projekt finanziell zu fördern? Oder könnten Sie sich vorstellen selbst Depressions-Begleiter zu werden?

Wir freuen uns auf Ihr Interesse und das Gespräch mit Ihnen! Ihre Gabriele van der Mehr

Projektorganisation, Konzept und Ausbildungsleitung: Mehr Info www.nw-depressionsbegleitung.de

Dipl. Sich. Ing. (FH), Heilpraktikerin, Psychotherapie (HPG), Gesundheitspädagogin,

Achtsamkeits- und Resilienz-Trainerin Gabriele van der Mehr, g.vandermehr@gmail.com

Direktkontakt Rösrath: Ahornweg 8, 51503 Rösrath, Telefon: 02205 - 90 80 008, Fax 02205 - 90 78 610

Stand 08/2017 vdm