

## Kompetenznetz Depression Mosel-Eifel

Wir organisieren Veranstaltungen zum Thema Depression und stehen für Fragen rund um das Thema psychische Gesundheit zur Verfügung.

- Barmherzige Brüder Schönfelder Hof
- Club aktiv e.V.
- Eifelkreis Bitburg – Prüm: Koord. Gemeindepsychiatrie
- Landkreis Trier-Saarburg: Koord. Gemeindepsychiatrie
- Landkreis Vulkaneifel: Koord. Gemeindepsychiatrie
- Raphaelshaus – Caritasverband Trier e.V.
- SEKIS – Selbsthilfe Kontakt- u. Informationsstelle e.V. Trier
- Stadt Trier: Koord. Gemeindepsychiatrie
- St. Markushaus

Alle Kontaktdaten finden Sie unter:

[www.netzwerkdepressionen.de](http://www.netzwerkdepressionen.de)

Kompetenznetz  
Depression  
Eifel-Mosel

LZG Landeszentrale für  
Gesundheitsförderung  
in Rheinland-Pfalz e.V.

Rheinland-Pfalz  
MINISTERIUM FÜR  
WISSENSCHAFT  
UND GESUNDHEIT

TRIER

Impuls Trier  
Stadt in Bewegung

Kompetenznetz  
Depression  
Eifel-Mosel

## Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag

Filmvorführung und Diskussion für Schulen

Über ein Jahr begleiteten die Filmemacher Michaela Kirst und Axel Schmidt unterschiedliche – an Depression erkrankte – Menschen auf ihrem ganz eigenen Weg – durch und aus der Erkrankung. Axel Schmidt, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, hatte in seiner langjährigen Erfahrung in der Behandlung und Begleitung von Menschen mit Depressionen immer wieder festgestellt, wie schwer es selbst Personen aus dem nahen Umfeld der Erkrankten fiel, die Erkrankung zu verstehen oder auch nur im Ansatz nachzuvollziehen. So wurde die Idee zu diesem Film geboren.

Veranstaltung in Ihrer Schule • Termine auf Anfrage

Anfrage an: Matthias Horn

0651-270 9513, [horn.matthias@caritas-region-trier.de](mailto:horn.matthias@caritas-region-trier.de)

Referent: Matthias Horn, Mitarbeiter im Kompetenznetz Depression Mosel/Eifel und Leiter des Raphaelshauses in Trier

## Kontakt

Bettina Mann  
Koordination Gemeindepsychiatrie  
Jugendamt Trier

☎ 0651-718-3547

✉ [bettina.mann@trier.de](mailto:bettina.mann@trier.de)

🌐 [www.netzwerkdepressionen.de](http://www.netzwerkdepressionen.de)

Veranstaltungsreihe zum Thema

# Depression

Trier • Mai bis Juli 2023





## Papas Seele hat Schnupfen

Lesung für Kinder und Erwachsene  
mit Claudia Gliemann

In »Papas Seele hat Schnupfen« treffen wir auf das Kind Nele. Neles Zuhause ist der Zirkus. Ihre Familie zählt schon seit Generationen zu den besten Seilartisten der Welt. Doch eines Tages wird Neles Papa krank. Seine Seele bekommt Schnupfen. Und das in einer Welt, in der alles bunt und fröhlich ist und man eigentlich glücklich sein könnte. Jemand, der stark sein sollte, wird schwach. Und dann? Claudia Gliemann ist Kinderbuchautorin, Verlegerin und Musikerin. Mit ihren Büchern möchte sie schwierige Themen so erzählen, dass Kinder und Erwachsene sich verstanden und gesehen fühlen.

**Dienstag, 16.5.2023 • 17:00 Uhr**

Palais Walderdorff, Raum 05, Domfreihof

In Kooperation mit: Stadtbücherei Trier; SEKIS – Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e. V. Trier; AOK Rheinland-Pfalz/Saarland



## Beim Wandern die Seele baumeln lassen

Geführte Wanderung

Auf eine gemütliche Wanderung von 1½–2 Std. im Mattheiser Wald, können alle mitkommen, die die Wirkung von Bewegung in der Natur ausprobieren wollen. Franz-Josef Wagner von »NetzG-RLP – Landesnetzwerk Selbsthilfe Seelische Gesundheit« und Reinhold Müller vom »Eifelverein« begleiten die Gruppe. Zum Abschluss der Wanderung ist ein gemeinsamer Besuch der Gaststätte am Minigolfplatz möglich.

**Donnerstag, 18.5.2023 (Christi Himmelfahrt) • 14:00 Uhr**

Treffpunkt: Auf der Weismark 1/Ecke Arnulfstraße



## Der Depression Beine machen

Bewegung

Psychische Gesundheit durch Bewegung stabilisieren.

**Jeden Montag • 18:15 Uhr bis 19:15 Uhr**

Treffpunkt: Auf der Weismark 1/Ecke Arnulfstraße

[www.impuls.hdg-trier.de](http://www.impuls.hdg-trier.de)



## Mit Kindern über Depression sprechen

Workshop für Fachkräfte aus Schulen, Kindertagesstätten, Einrichtungen der Jugendhilfe

Woran kann ich erkennen, dass ein Kind depressiv erkrankt ist? Wie spreche ich mit einem Kind mit depressiver Erkrankung? Was kann Kindern helfen, wenn ein Elternteil an einer Depression erkrankt ist? Dr. Kerstin Jacob, psychologische Psychotherapeutin in der Ambulanz der Kinder- und Jugendpsychiatrie des Klinikums Mutterhaus, geht gemeinsam mit den Teilnehmenden den dargestellten Fragen nach und zeigt mögliche Lösungswege auf.

**Montag, 12.6.2023 • 15.00 Uhr – 17.00 Uhr**

Gemeinwesenzentrum Trier-West, Pater-Loskyll-Weg 15

Anmeldung bis 31.5.2023 an: [lisann.loetzke@trier.de](mailto:lisann.loetzke@trier.de)



## Beruflicher Wiedereinstieg nach depressiver Erkrankung

Vortrag

Wenn die depressive Erkrankung so schwer ist, dass Erwerbstätigkeit über lange Zeit hinweg nicht möglich ist, ist für viele der Wiedereinstieg in den Beruf eine große Herausforderung. Welche Möglichkeiten der Unterstützung gibt es, um sich dieser Herausforderung zu stellen? In dem Vortrag werden u.a. psychosoziale Themen als auch Trainingsangebote innerhalb der beruflichen Reha am Standort aufgezeigt.

**Montag, 19.6.2023 • 19.00 Uhr**

Palais Walderdorff, Raum 05, Domfreihof

Referent: Torsten Lampe, Standortleitung Berufliches Trainingszentrum Trier



## Vom Ausgeliefertsein zur Wiederentdeckung eigener Fähigkeiten...

Vortrag

Wer in einer Depression steckt, kann sich nicht vorstellen, dass das leidvolle Erleben überhaupt veränderbar ist. Im Gegenteil, die Betroffenen haben oft schon intensiv und lange gegen den depressiven Zustand angekämpft und machen

sich zum Teil große Vorwürfe, dass es ihnen trotz großer Anstrengung nicht gelingt, ihre Situation zu verändern. Thema des Vortrags sind die innere und zwischenmenschliche Dynamik: Wie rede ich mit mir selbst, wie gestalte ich die Beziehung zu mir und wichtigen Bezugspersonen? Welche Erfahrungen verstärken das depressive Erleben? Und welche Haltung im Umgang mit dem eigenen depressiven Erleben kann entlasten? Wie können Angehörige mit der depressiven Symptomatik umgehen?

**Mittwoch, 28.6.2023 • 19.00 Uhr**

Palais Walderdorff, Raum 05, Domfreihof

Referentin: Dipl.-Psych. Iris Körholz, systemische Therapeutin beim Integrationsfachdienst – Caritasverband Trier e.V.



## Hat man Probleme oder hat man eine Depression?

Vortrag

Depressionen kommen sehr häufig vor und im Grunde genommen sind alle Menschen irgendwann in ihrem Leben mal depressiv. Aber was heißt es dann eigentlich, wenn jemand wegen Depressionen Therapie braucht? Und was hat die Art, wie wir darüber sprechen mit den Behandlungsmöglichkeiten zu tun? Der Vortrag beleuchtet diesen Zusammenhang zwischen Begriffen und Handlungsweisen, der hilfreichen Funktion von Diagnosen und den Einengungen, die sich daraus ergeben. Dieses Thema ist sowohl für Betroffene und Angehörige als auch auf professioneller Ebene wichtig. Hier stehen Begriffe, wie die sogenannten Richtlinienverfahren der Idee von individualisierten Behandlungsmethoden im Sinne eines transtheoretischen und transdiagnostischen Verständnis gegenüber. Kann dies helfen, für jede\*n Patienten\*in eine maßgeschneiderte Behandlung zu finden?

**Montag, 10.7.2023 • 19.00 Uhr**

Palais Walderdorff, Raum 05, Domfreihof

Referentin: Dr. Birgit Weinmann-Lutz, Geschäftsführerin der Poliklinischen Psychotherapieambulanz und des Weiterbildungsstudiengangs Psychologische Psychotherapie, Universität Trier