

Liebe Leserin, lieber Leser,

die Kurve zeigt steil nach oben: Im vergangenen Jahr haben sich bereits über 20 Städte und Gemeinden an der bundesweiten **Aktionswoche zur seelischen Gesundheit** beteiligt. Wir freuen uns sehr über die großartige Resonanz und hoffen, dass auch in diesem Oktober wieder alle dabei sind!

Doch nicht nur die Woche der Seelischen Gesundheit wird uns in dieser Newsletter-Ausgabe beschäftigen: Wir informieren Sie über unsere Kooperation mit dem **Wissenschaftsjahr 2011** und stellen Ihnen die Bündnis-Aktivitäten zu unserem Arbeitsschwerpunkt **„Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt“** vor. Unter dem Stichwort „Aktionsbündnis international“ berichten wir von der Teilnahme des Bündnisses an zwei europäischen Konferenzen. Abschließend möchten wir Sie auf einige Publikationen hinweisen und wir setzen unsere Reihe „Das Aktionsbündnis stellt sich vor“ fort.

Viel Freude beim Lesen wünscht
Ihr Redaktionsteam

Aufruf: Woche der Seelischen Gesundheit 2011

Am 10. Oktober, dem internationalen Tag der Seelischen Gesundheit, startet die bundesweite Woche zur seelischen Gesundheit 2011. Zahlreiche Städte und Regionen werden sich im Zeitraum vom 10. bis zum 16. Oktober mit Aktionstagen an der Initiative beteiligen.

Die Aktionstage werden jeweils vor Ort in eigener Verantwortung und Planung durchgeführt. Jede Region hat die Möglichkeit, thematische Schwerpunkte zu setzen, regionale Kooperationspartner zu gewinnen, Umfang und Datum der Aktionstage zu bestimmen und lokale Medienarbeit umzusetzen.

Das Aktionsbündnis bietet eine bundesweite Vernetzung an, unterstützt durch einen gemeinsamen Internetauftritt mit Veranstaltungshinweisen aus allen Regionen und stellt ein gemeinsames Logo zur Woche der Seelischen Gesundheit zur Verfügung.

Wenn auch Sie mit Ihrer Stadt, Ihrem Kreis oder Ihrer Region dabei sein möchten, melden Sie sich bei uns!

Sie sind noch auf der Suche nach Ideen, wie Ihre Aktionswoche oder Ihr Aktionstag aussehen könnte? Dann werfen Sie einen Blick auf das gemeinsame Internetportal zur Woche der Seelischen Gesundheit. Hier finden Sie Informationen zu den Aktivitäten in den letzten Jahren: www.aktionswoche.seelischegesundheit.net



5. Berliner Woche der Seelischen Gesundheit

Die Berliner Woche der Seelischen Gesundheit feiert in diesem Jahr einen (halb-) runden Geburtstag: Bereits zum fünften Mal findet die Aktionswoche zur Aufklärung über psychische Erkrankungen in der Hauptstadt statt. Sie ist mittlerweile ein fester Bestandteil des Berliner Veranstaltungskalenders und mit jährlich über 100 beteiligten psychiatrischen und psychosozialen Einrichtungen ein Highlight der Öffentlichkeitsarbeit zu den Themen der seelischen Gesundheit.

Die Berliner Woche steht in diesem Jahr unter dem Motto „Wissen schafft Verständnis: Seelische Gesundheit in kultureller Vielfalt“, mit einem Schwerpunkt auf dem Thema „Migration und seelische Gesundheit“. Zudem kooperiert die diesjährige Aktionswoche mit dem Wissenschaftsjahr 2011 und wird das Thema „Forschen für unsere ‚seelische‘ Gesundheit“ aufgreifen.

Die Berliner Woche der Seelischen Gesundheit wird vom Aktionsbündnis gemeinsam mit unseren Berliner Kooperationspartnern und Unterstützung der Senatsverwaltung für Gesundheit, Umwelt und Verbraucherschutz umgesetzt.

„Forschung für unsere ‚seelische‘ Gesundheit“

Im Rahmen des Wissenschaftsjahrs 2011: „Forschung für unsere Gesundheit“ wird das Aktionsbündnis den Fokus der Gesundheitsforschung auf die Fragen der *seelischen* Gesundheit lenken. Wir wollen uns z.B. an den [Diskussionsforen](#), der [Forschungsbörse](#) und den [SchulKinoWochen](#) beteiligen und dabei für Ihre rege Beteiligung werben. Im Monat April wird der Themenschwerpunkt des Wissenschaftsjahrs auf den neurologischen und psychiatrischen Krankheiten liegen. Am 10. Oktober ist im Rahmen der Berliner Aktionswoche eine Veranstaltung zum Thema „Wissen schafft Verständnis: Forschung für unsere ‚seelische‘ Gesundheit“ geplant.

Das Wissenschaftsjahr ist eine Initiative des Bundesministeriums für Bildung und Forschung.

Themenschwerpunkt „Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt“

Über den Anstieg psychischer Erkrankungen bei Arbeitnehmern und die Zunahme psychischer Belastungen im Berufsalltag wurde in letzter Zeit vielfältig in den Medien berichtet. Tatsächlich erscheinen Aufklärung und Präventionsmaßnahmen gerade in diesem Bereich besonders dringlich. Doch dies ist nicht der einzige Grund, warum sich das Aktionsbündnis hier engagiert. Es darf auch nicht vergessen werden, dass Arbeit ein wichtiger Aspekt ist, wenn es um die Teilhabe und Integration psychisch erkrankter Menschen in unserer Gesellschaft geht.

Im Rahmen eines vom Bundesgesundheitsministerium geförderten Modellprojekts hat das Bündnis in Kooperation mit der Familienselbsthilfe Psychiatrie (BAPK e.V.) ein Maßnahmenpaket für Unternehmen entwickelt. Zentraler Baustein ist eine Mitarbeiterschulung für Führungskräfte, deren Konzeption auf der mit dem Antistigma-Preis ausgezeichneten BAPK-Schulung „Psychisch krank im Job. Was tun?“ aufbaut. Für die Schulung wurde ein Lehrfilm entwickelt, der den Weg von drei betroffenen Mitarbeitern nachzeichnet, vom Auftreten einer psychischen Krise bis zur Rückkehr an den Arbeitsplatz. Ziel des Projektes ist es, den Umgang mit psychisch erkrankten Mitarbeitern zu enttabuisieren, über Präventionsmaßnahmen zu informieren und gemeinsam mit den Unternehmen Strategien zur Förderung der seelischen Gesundheit und Wiedereingliederung von Betroffenen zu erarbeiten. Das Projekt befindet sich derzeit in der Pilotphase und wird projektbegleitend wissenschaftlich evaluiert.

Auch eine Neuauflage des Symposiums „Menschen mit psychischen Erkrankungen in der Arbeitswelt“, das vom Aktionsbündnis gemeinsam mit der Bundesärztekammer im Herbst 2009 erstmals angeboten wurde, ist geplant. Bei der zweiten Veranstaltung wird der Schwerpunkt auf der Thematik der Wiedereingliederung von psychisch erkrankten Mitarbeitern liegen.

Aktionsbündnis international

„Soziale Inklusion fördern, Stigma bekämpfen“ und „die psychische Gesundheit am Arbeitsplatz fördern“ – so die Aufforderungen, die aus den Titeln der letzten beiden thematischen Konferenzen der Europäischen Union im Rahmen des europäischen Pakts für psychische Gesundheit und Wohlbefinden hervorgingen. Das Aktionsbündnis nahm an beiden Konferenzen teil und brachte sich mit einem Beitrag für das Hintergrundpapier der Stigma-Konferenz und mit einem Vortrag zu den Bündnis-Aktivitäten im Themenbereich Arbeit in den europäischen Diskurs ein. Die Konferenzen fanden im November letzten Jahres in Lissabon sowie im März 2011 in Berlin statt.

Weitere Informationen finden Sie auf der Website der Europäischen Kommission:
http://ec.europa.eu/health/mental_health/policy/conferences/index_en.htm

Publikationen

Im vergangenen Jahr sind zu den Aktivitäten des Aktionsbündnisses einige Publikationen erschienen, auf die wir Sie gerne hinweisen möchten:

Baumann, A; Muijen, M; Gaebel, W (Ed.) (2010) "Mental health and well-being at the workplace - protection and inclusion in challenging times", Kopenhagen

- Tagungsband zur gleichnamigen Konferenz, zu der das Aktionsbündnis in Kooperation mit der Weltgesundheitsorganisation, der Europäischen Kommission und dem Bundesgesundheitsministerium im Frühjahr 2009 eingeladen hatte
- pdf-Download unter www.euro.who.int

Gaebel, W; Ahrens, W; Schlamann, P (2010) „Konzeption und Umsetzung von Interventionen zur Entstigmatisierung seelischer Erkrankungen: Empfehlungen und Ergebnisse aus Forschung und Praxis“, Berlin/Düsseldorf

- Strategiepapier, das im Rahmen des Bündnis-Projektes „Entwicklung und Umsetzung einer Strategie zur Bekämpfung von Stigmatisierung und Diskriminierung psychisch erkrankter Menschen“ entwickelt wurde
- pdf-Download unter <http://www.seelichegesundheit.net>

Ahrens, W (2010) „Verbandskommunikation im Netzwerk: Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde e.V. und das Aktionsbündnis Seelische Gesundheit“ in Hoffjahn, O; Stahl, J (Hrsg.) (2010) „Handbuch Verbandskommunikation“, Wiesbaden, S. 429-436

- Beitrag zur Konzeption der Berliner Woche der Seelischen Gesundheit

Das Aktionsbündnis stellt sich vor

Heute steht diese Rubrik im Zeichen der Zusammenarbeit mit den von einer psychischen Erkrankung betroffenen Menschen. Wir stellen ihnen ein dialogisch aufgestelltes Bündnismitglied vor und eine Selbsthilfegruppe, die bereits mit dem Antistigma-Preis ausgezeichnet wurde.

Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störung (DGBS) e.V.

Schlechte Tage hat jeder, gute auch: Kein Wunder also, dass die Mundwinkel mal nach unten hängen und sich dann wieder vor Lachen nach oben biegen. Bei Menschen mit einer Bipolaren Störung – auch als manisch-depressive Erkrankung

bezeichnet – ist das anders: Sie fallen oft ohne nachvollziehbare Gründe von einem Extrem ins andere. Je nach Ausprägung der Störung gehen manische und depressive Episoden mal direkt ineinander über, mal liegen ganze Jahre symptomfreier Zeit dazwischen. Obwohl die Erscheinungsformen der bipolaren Erkrankung Ärzte schon seit 2000 Jahren beschäftigen, steht die Aufklärung der Öffentlichkeit noch ganz am Anfang.

Die Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen (DGBS) ist ein triologischer Bundesverband für bipolar Erfahrene, Angehörige und Professionelle. Die DGBS setzt sich für die Beratung und Unterstützung von an bipolaren Störungen erkrankten Menschen und ihren Angehörigen unter Zugrundelegung des Gedankens der Hilfe zur Selbsthilfe ein und bemüht sich um mehr Aufmerksamkeit für das Krankheitsbild der bipolaren Störungen in Fachkreisen und der Öffentlichkeit.

„Unser aller Ziel muss eine Gesellschaft sein, die offen und tolerant mit psychischen Erkrankungen umgeht. Um dies zu erreichen, beteiligt sich die DGBS am Aktionsbündnis Seelische Gesundheit.“

Dietmar Geissler,

1. Stellvertretender Vorsitzender und Betroffenensprecher

www.DGBS.de

Selbsthilfegruppe Antistigma Düsseldorf

Seit Dezember 2003 heißt es auch in Düsseldorf: „Warum soll ich mich denn mit meiner psychischen Erkrankung verstecken?“ Was uns vielleicht besonders macht ist, dass unsere Initiative von einem Krankheitserfahrenen gegründet wurde. Denn wie heißt es schon so schön in einem asiatischen Sprichwort: „Willst du etwas wissen, so frage einen Erfahrenen und keinen Gelehrten.“ Aber auch einige sehr kompetente ‚Profis‘ konnten sich für unsere Arbeit begeistern und sind nun schon seit Jahren ein fester Bestandteil des Teams. Obwohl wir (Stand Feb. 2011: 12 Personen) vollkommen ehrenamtlich arbeiten, konnten wir schon rund 60 Schulprojekte in Düsseldorf und Umgebung realisieren. Gerne gehen wir mit dem Projekt auch in Betriebe und Gemeinden. Außerdem gab es Projekte mit Mitarbeitern der Telefonseelsorge, mit Ärzten, Pflegeschülern und Studierenden. Unsere Arbeit wurde bereits mehrfach ausgezeichnet, wie mit dem Antistigma-Preis von DGPPN und Open the Doors 2009. Im November 2010 erhielten wir den Preis für BürgerInnenEngagement von der Düsseldorfer SPD.

„Gemeinsam sind wir stark.“ Dieser wichtige Gedanke motivierte uns früh, dem Aktionsbündnis beizutreten. Auch die Idee, Synergie-Effekte zu nutzen, ist für uns wichtig. Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit.

Andreas Kernchen für Antistigma Düsseldorf

www.antistigma-duesseldorf.info

Kontakt

Aktionsbündnis Seelische Gesundheit
Reinhardtstr. 14 ▪ 10117 Berlin ▪ 030/ 240477 214
koordination@seelischegesundheit.net ▪ www.seelischegesundheit.net