STIFTUNG DEUTSCHE DEPRESSIONS HILFE

Jahresbericht 2021

Inhaltsverzeichnis

1 Zweck der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention

2 Forschungszentrum Depression
2.1 Akademische Anbindung in Frankfurt/M.
2.2 Die durchgeführten Forschungsprojekte
2.2.1 ImpleMentAll
2.2.2 Transkranielle Magnetstimulation (TBS-D)
2.2.3 Onlinehilfe für Angehörige (WESPA)
2.2.4 Online-Fortbildung zu Altersdepression (ESOR)
2.2.5 Forum für Psychische Gesundheit im deutschen Rettungsdienst (RUPERT)
2.2.6 MONDY-Projekt
2.2.7 Deutschland-Barometer Depression
2.2.8 Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz (MENTUPP)

3 Versorgungsnahe psychosoziale Projekte
3.1 Info-Telefon Depression
3.2 iFightDepression®
3.3 Bündnis für psychische Gesundheit in der Bundeswehr
3.4 Psychiatrisch-therapeutische Expertise für Bahnhofsmissionen
3.5 Förderung regionaler Bündnisse
3.6 Fördertopf für Suizidpräventionsprojekte und -Aufklärung
3.7 Psychosoziales Coaching für Langzeitarbeitslose
3.8 Peers at work – kollegiale Depressions-Beratung im Deutsche Bahn Konzern
3.9 Das „Alles Gut?! Tutorial" – gefördert durch das Cathy-Hummels-Programm
3.10 Jugendbeirat

4 Aufklärungs-/Öffentlichkeitsarbeit
4.1 Aufklärungskampagnen über Depression
4.1.1 Wissenschafts-Podcast „Raus aus der Depression"
4.1.2 „Brave Together"-Initiative
4.1.3 TV-Spot (Social)
4.1.4. Plakatkampagne
4.1.5 Wanderausstellung
4.2 Informationskanäle der Stiftung
4.2.1 Newsletter
4.2.2 Social Media
4.3 Medienarbeit
4.4. Vorträge und Konferenzen

5 Fundraising

6 Organisation/Struktur

Tätigkeitsbericht 2021

1 Zweck der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention (SDD) ist es, die Situation depressiv Erkrankter durch Maßnahmen wie Förderung der Forschung, Optimierung der Versorgung, Öffentlichkeitsarbeit und Fortbildungen zu verbessern. Diese Aktivitäten sollen auch der Vorbeugung von Suiziden und Suizidversuchen dienen. Die Förderung von Wissenschaft, Bildung, Kunst/Kultur sowie des öffentlichen Gesundheitswesens im Zusammenhang mit dem Krankheitsbild der Depression gehört ebenso zu ihren Aufgaben.

Der folgende Tätigkeitsbericht gibt Auskunft über die Entwicklungen, Projekte und erreichten Ziele im Kalenderjahr 2021:

2 Forschungszentrum Depression

Das Forschungszentrum Depression setzt sich für eine versorgungsnahe und pharmaunabhängige Erforschung der Depression ein – mit dem Ziel, einen Beitrag zu einer besseren Diagnostik der Erkrankung und zur Entwicklung neuer Therapieansätze zu leisten. Mit Unterstützung der Deutsche Bahn Stiftung gGmbH wurde das Forschungszentrum Depression innerhalb einer 5-jährigen Anschubfinanzierung bis 2018 als Forschungseinrichtung mit dem Fokus auf E-Mental-Health und weiteren versorgungsnahen Themen zunächst in Leipzig etabliert – begleitet von einem internationalen wissenschaftlichen Beirat (International External Advisory Board of the Depression Research Centre/IEAB).

2.1 Akademische Anbindung in Frankfurt/M.

Um das Forschungszentrum weiter auszubauen, wechselte 2019 dessen akademische Anbindung an die Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Universitätsklinikums Frankfurt am Main. Die universitäre Anbindung ermöglicht den nötigen akademischen Austausch, die Nutzung von klinisch-wissenschaftlicher Infrastruktur und den Aufbau neuer Kooperationsmöglichkeiten am Standort Frankfurt am Main. Klinik und Stiftung wollen gemeinsame Forschungs-, Aufklärungs- und Interventionsprojekte durchführen. Die im Februar 2020 dem Vorstandsvorsitzenden der Stiftung, Prof. Dr. Ulrich Hegerl, seitens der Goethe-Universität verliehene Distinguished Professorship der **Dr. Senckenbergischen Stiftung** trug auch in 2021 dazu bei, erfolgreich Fördermittel einzuwerben. So wurden zahlreiche neue Projekte, auch in Kooperation mit dem europäischen Partner „European Alliance against Depression (EAAD)", gestartet.

Neben der Einstellung neuer Mitarbeitender (4 in Leitungsfunktion) wurde ein Master- und Promotionscurriculum etabliert mit monatlichem Forschungskolloquium und regelmäßigen Treffen der Doktoranden und Masteranden mit ihren Betreuenden. In diesem Rahmen wurden 2021 vier Masteranden aus den Fächern Psychologie, Biologie und Prävention und Gesundheitspsychologie betreut. Außerdem begannen vier medizinische Doktoranden mit dem angestrebten Abschluss Dr. med. und drei psychologische Doktoranden mit dem angestrebten Abschluss Dr. rer. med. ihr Promotionsprojekt am Forschungszentrum in Frankfurt.

2.2 Die durchgeführten Forschungsprojekte

2.2.1 ImpleMentAll

Nur etwa 14% aller neuen Innovationen oder Entwicklungen im Gesundheitsbereich kommen in der Routineversorgung an, und das im Schnitt auch erst nach 17 Jahren. Gerade im Bereich der psychischen Gesundheit, wo großer Bedarf für gute und schnell verfügbare Angebote besteht – und das noch verstärkt in Pandemiezeiten – bietet sich hier großer Spielraum für Verbesserung. „ImpleMentAll" ist ein internationales, EU-gefördertes Forschungsprojekt, das Hemm- und Förderfaktoren für die Umsetzung (= Implementierung) von internetbasierten Gesundheitsprogrammen identifiziert. Im

Rahmen der Studie entstehen Strategien und Werkzeuge, um in Zukunft als wirksam erwiesene Angebote und Interventionen schneller dorthin zu bringen, wo sie gebraucht werden: zu den Betroffenen und Patienten. Im 2017 gestarteten länderübergreifenden Projekt mit einer Laufzeit von vier Jahren fungiert die Stiftung als Partner der EAAD (European Alliance Against Depression) in Deutschland. Das Forschungszentrum der Stiftung ist dabei der Studienstandort, an dem die Implementierung des iFightDepression®-Tools in Deutschland begleitet und optimiert wird.

Anfang 2021 wurde das Projekt mit einer finalen Projektkonferenz erfolgreich abgeschlossen: 25 Referierende aus 10 verschiedenen Ländern stellten die Ergebnisse und die entstandene „Werkzeugkiste" samt entwickelter Guideline 180 Teilnehmenden aus 23 verschiedenen Ländern vor. Seitdem ist die Werkzeugkiste (itfits-toolkit.com) frei zugänglich und kann von verschiedenen Organisationen genutzt werden, um neue Angebote erfolgreich in die öffentliche Versorgung zu bringen.

2.2.2 Transkranielle Magnetstimulation (TBS-D)

Psychotherapie und/oder Antidepressiva führen bei den meisten Betroffenen zu einer erheblichen Besserung der Depression. Bei einem kleinen Teil sind diese Behandlungswege nicht ausreichend wirksam, werden schlecht vertragen oder sind vom Patienten nicht gewünscht. Aus diesem Grund arbeitet die Forschung daran, neue ergänzende Behandlungsmethoden zu entwickeln. Eine davon ist die transkranielle Magnetstimulation (TMS), deren Wirksamkeit in einer großen klinischen Studie an sieben Universitätskliniken in Deutschland mit 236 Teilnehmenden mit Depression getestet werden soll. Die Hälfte erhält dabei über 6 Wochen täglich eine Behandlung mit TMS. Die andere Gruppe erhält die gleiche Behandlung, jedoch ohne wirksame Stimulation des Gehirns. Auf diese Weise wird geprüft, ob und wie stark die direkte Stimulation des Gehirns mit TBS zu einer Verbesserung der Depression führt. Sollte dieser Nachweis erbracht werden, könnte dies eine Erweiterung der Behandlungswege der Depression darstellen.

Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe ist am Forschungsvorhaben beteiligt, um die Perspektive der Menschen mit Depression in die Studie einzubringen und um bei einer verständlichen Kommunikationsarbeit und der Suche nach Teilnehmern und Teilnehmerinnen an der Studie zu helfen. Das vom Universitätsklinikum Tübingen geleitete Projekt läuft insgesamt drei Jahre.

2021 wurden sieben von acht geplanten Studienzentren initiiert und begannen mit dem Einschluss von Patientinnen und Patienten. Die Stiftung unterstützte die Rekrutierung u.a. durch die Bekanntmachung der teilnehmenden Studienzentren auf der Homepage und durch Aufrufe auf verschiedenen Social Media Kanälen. Zur Erfassung der Meinungen zu TMS in der deutschen Bevölkerung wurden zudem im Deutschland-Barometer Depression 2021 Wissen und Einstellungen zu dieser Behandlungsmethode erhoben.

2.2.3 Onlinehilfe für Angehörige (WESPA)

Im März 2020 startete das vom Innovationsfonds geförderte Projekt WESPA zur Erhöhung der Wirksamkeit eines web-basierten Selbst-hilfeprogramms für Angehörige und andere Bezugspersonen von Menschen mit depressiver Erkrankung. Im Rahmen des Projekts soll ein existierendes Online-Selbsthilfeprogramm für Angehörige um verschiedene Formen der E-Mail-Unterstützung erweitert und weiterentwickelt werden Die Wirksamkeit des Programms bzw. dessen Erweiterung um einen E-Mail-Support wird in einer Online-Studie mit Kontrollgruppe und zwei Interventionsgruppen mit 1.250 Teilnehmenden insgesamt evaluiert. Es werden allgemeiner psychischer Stress als Anzeichen für das psychische Erkrankungsrisiko der Angehörigen erhoben sowie die subjektive und objektive Belastung der Angehörigen.

Das WESPA-Projekt wird für drei Jahre mit insgesamt ca. 1,3 Millionen Euro vom Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses im Bereich Versorgungsforschung gefördert. Die Projektleitung erfolgt über das Uniklinikum Freiburg; die Stiftung Deutsche Depressionshilfe ist als Konsortialpartner für Rekrutierung der Studienteilnehmenden und Verbreitung der Ergebnisse verantwortlich.

In 2021 startete der knapp zweijährige Rekrutierungszeitraum, ab Mai wurden ca. 90 Probanden pro Monat in die Studie eingeschlossen, wobei die Stiftung hierfür ihre Netzwerke wie die regionalen Bündnisse gegen Depression und der Social Media Kanäle zum Einsatz brachte. Von Mai bis Dezember 2021 nahmen insgesamt 694 Angehörige an der Studie teil.

2.2.4 Online-Fortbildung zu Altersdepression (ESOR)

Gefördert durch:
Bundesministerium für Gesundheit
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Depression und Suizidalität bei älteren pflegebedürftigen Menschen sind häufig und führen bei Pflegekräften und pflegenden Angehörigen zu Verunsicherung und emotionaler Belastung. Das **Online-Schulungsangebot zu Altersdepression** und Umgang mit Suizidalität der Stiftung Deutsche Depressionshilfe reduziert diese Belastung, indem durch Information und praxisnahe Beispiele die Handlungsicherheit erhöht wird. In einer durch das Bundesministerium für Gesundheit geförderten Studie mit ambulanten Pflegekräften (ESOR) wurde die Online-Schulung entwickelt und wissenschaftlich evaluiert.

Die circa 90-minütige Schulung steht nun allen Pflegekräften und pflegenden Angehörigen kostenfrei und ohne Anmeldung unter www.deutsche-depressionshilfe.de/online-schulung-altersdepression zur Verfügung. Sie kann zeit- und ortsunabhängig am PC, Tablet oder Smartphone genutzt werden.

Pandemiebedingt wurde das in 2017 gestartete Projekt bis Ende 2021 verlängert, da sich insbesondere die Rekrutierung von Altenpflegekräften über die regionalen Bündnisse für die Evaluationsstudie des der Online-Schulung schwierig gestaltete. Die Datenerhebung konnte in 2021 abgeschlossen und mit der Analyse der Daten begonnen werden. Die Online-Schulung wurde mit den Rückmeldungen aus der Studie angepasst und für alle Interessierten zugänglich gemacht. Für die Verbreitung wurden Flyer, Poster und Materialien für Social Media entwickelt und u.a. postalisch an Pflegedienste, Pflegestützpunkte und Selbsthilfe-kontaktstellen versandt sowie über die Kanäle der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und der regionalen Bündnisse gegen Depression bekannt gemacht.

2.2.5 Forum für Psychische Gesundheit im deutschen Rettungsdienst (RUPERT)

Das Auslösen einer Depression kann bei Menschen mit entsprechender Veranlagung durch psychophysiologische Stressfaktoren begünstigt werden. Diese Faktoren sind auch verstärkt bei Beschäftigten im Rettungswesen gegeben. Gleichzeitig sind Depressionen bei Männern aller Altersgruppen häufiger als bisher angenommen, und die Suizidraten bei Männern im Vergleich zu Frauen dreimal so hoch. Oft werden psychische Erkrankungen bei Männern nicht erkannt und behandelt. Ein Grund dafür ist auch die Angst vor Stigmatisierung.

Hier setzt das Projekt RUPERT an mit der Implementierung eines Online-Angebots zur Förderung der psychischen Gesundheit haupt- und ehrenamtlich tätiger Rettungskräfte im medizinischen Bereich, der auch speziell die Bedürfnisse der vielen männlichen Rettungskräfte berücksichtigt. Mit Hilfe dieses niederschwelligen anonym nutzbaren Angebots soll über psychische Belastung aufgeklärt und Angst vor Stigmatisierung abgebaut werden. Je besser Rettungskräfte – von Feuerwehrleuten bis Rettungssanitäter – über das Thema psychische Gesundheit aufgeklärt sind, die Angst vor Stigmatisierung verlieren und darüber ins Gespräch kommen, desto besser können ernsthafte psychische Erkrankungen rechtzeitig erkannt und entsprechend behandelt werden. Dies hat nicht nur eine günstigere Krankheitsprognose zur Folge, zudem kann auch eine mögliche Suizidgefährdung bei einer mitunter stark belasteten Zielgruppe sicherer vermieden werden. Die Intervention wird im Projekt evaluiert – in die ab 2022 startende Studie werden Rettungskräfte aller Geschlechter im Haupt- und Ehrenamt eingeschlossen.

RUPERT ist ein Projekt des Diskussionsforums Depression e.V. in Kooperation mit der SDD (u.a. zuständig für Kommunikation und Evaluation). Gefördert wird dieses Vorhaben und die begleitende Studie im Verbund mit der University of Canberra durch die Movember Foundation.

MOVEMBER®
GEFÖRDERTES PROJEKT

2.2.6 MONDY-Projekt

Smartphones sind aus dem Alltagsleben nicht mehr wegzudenken. Auch die Palette an Wearables, also Bio-Sensoren die in Form von Fitness-Uhren und Aktivitäts-Trackern vorkommen, wächst ständig. Ziel des Projekts „Sensorbasiertes System zur Therapieunterstützung und Management von Depressionen (STEADY)“ war der Aufbau einer digitalen Plattform, die es Patienten erlauben sollte, mit Hilfe ihres Smartphones und Wearables Daten über ihren Krankheitsverlauf zu erheben. Diese wurden um eigene Einschätzungen zu Stimmung und derzeitigem Befinden ergänzt. Dieses Selbstmonitoring sollte die Patienten in die Lage versetzen, Veränderungen ihrer Symptomatik (z.B. beginnende depressive Episoden) genauer als über reine Selbstwahrnehmung zu erkennen, was dem Management ihrer Erkrankung dient.

Nach Abschluss des Projekts STEADY und der Entwicklung der Plattform wurde in 2021 erfolgreich der Antrag für das Folgeprojekt MONDY gestellt, gefördert vom BMBF. Ziel von MONDY ist es, STEADY gemeinsam mit monikit (ein System für die Früherkennung epileptischer Anfälle) in einer Plattform zu integrieren. Konsortialpartner sind neben der Firma adesso das Institut für Angewandte Informatik (InfAI) und das Universitätsklinikum Aachen (UKA).
Die biosensorischen und Selbstberichtsdaten beider Systeme werden in der Plattform für Analysen zum Selbstmonitoring sowie Prognosen depressiver Episoden und epileptischer Anfälle gebündelt, wodurch Komorbiditäten beider Krankheitsbilder in den Vorhersagen berücksichtigt werden können. Über die jeweiligen Smartphone-Apps wird den Patienten das Feedback zu ihrem Gesundheitszustand angezeigt werden. Offizieller Start des Projekts war im November 2021. Mit der Anforderungsanalyse wurde im Dezember die Bearbeitung des ersten Arbeitspakets gestartet.

2.2.7 Deutschland-Barometer Depression Erhebungen 2021

Gefördert von der Deutsche Bahn Stiftung gGmbH veröffentlichten wir 2021 erneut die Studienergebnisse des jährlichen „Deutschland-Barometers Depression“. In der repräsentativen Befragung erhebt die Stiftung Deutsche Depressionshilfe seit 2017 Einstellungen und Erfahrungen zur Depression in der Bevölkerung. Ein Schwerpunktthema in diesem Jahr war erneut **Depression und Corona** mit einer zusätzlichen **Sondererhebung** im Februar 2021. Befragt wurden hier 5.135 Personen

zwischen 18 und 69 Jahren aus einem repräsentativen Online-Panel im Februar 2021 zu den Auswirkungen des 2. Lockdowns auf den Krankheitsverlauf von Depression und hinsichtlich der psychischen Belastung im Allgemeinen Am 23.03.2021 wurden diese Ergebnisse in einer Pressemitteilung vorgestellt, die von zahlreichen Medien aufgegriffen wurden (u.a. Tagesschau, ZDF Morgenmagazin, Focus online). Zusammen mit weiteren PR-Aktivitäten und wissenschaftlichen Publikationen hat die Stiftung auf die stark eingeschränkte Versorgungssituation depressiv erkrankter Menschen während der Pandemie, insbesondere in Zeiten des Lockdowns, wiederholt aufmerksam gemacht. Die Corona-Maßnahmen haben zu massiven Einschnitten in der Versorgung psychisch kranker Menschen geführt; so berichtete beispielsweise etwa ein Fünftel der Betroffenen von ausgefallenen Facharztterminen. Ebenso häufig kam es zum Ausfall psychotherapeutischer Behandlungen und zu Terminabsagen durch die Betroffenen selbst, aus Angst vor Ansteckung mit Corona. Zusammen mit dem Wegbrechen der Alltagsstruktur führte dies bei 44% der im Barometer Befragten zu einer Verschlechterung des Krankheitsverlaufs.

Abb.: Info-Grafiken für Journalisten mit zentralen Ergebnissen des Deutschland-Barometers Depression

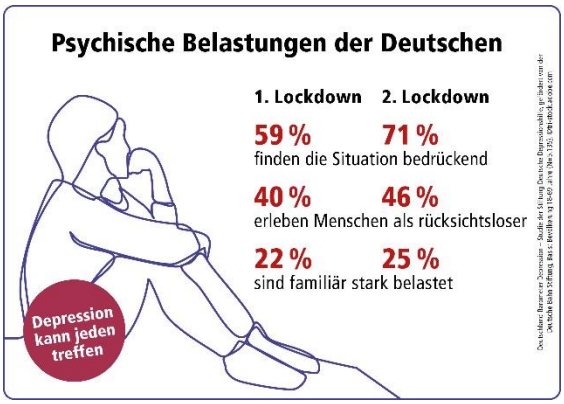


Abb.: Info-Grafiken für Journalisten mit zentralen Ergebnissen des Deutschland-Barometers Depression

Im Vergleich zu den Ergebnissen des Barometers 2021, das ebenfalls die Auswirkungen des Lockdowns erhob, zeigte sich auch, dass die psychischen Belastungen der Deutschen im Vergleich zum 1. Lockdown stiegen. Auch für die Allgemeinbevölkerung war die Situation belastender als je zuvor: 71% der befragten Bundesbürger empfanden die Situation im 2. Lockdown bedrückend. Im 1. Lockdown waren es 59%, im Sommer 2020 sogar nur 36%. Fast die Hälfte (46%) der befragten Deutschen erlebte Mitmenschen als rücksichtsloser (im 1. Lockdown 40%). Jeder dritte hatte Sorgen um seine berufliche Zukunft. Familiär stark belastet fühlten sich im Februar 2021 25% der Befragten, im Sommer 2020 waren es nur 16%.

Neben der Sondererhebung zu den Auswirkungen der Coronapandemie im Februar 2021 widmete sich das jährliche Barometer im September 2021 dem Schwerpunkt **„Depression am Arbeitsplatz“**. Themen der Befragung waren die Situation von depressiv erkrankten Menschen am Arbeitsplatz sowie die gängigen Annahmen zur Depressionsentstehung in der Bevölkerung. Laut Barometer wurde bei jedem fünften Beschäftigten in Deutschland schon einmal eine Depression diagnostiziert. 22% dieser Personen berichteten, dass es in ihrer Organisation / in ihrem Unternehmen eine Anlaufstelle für psychische Probleme gebe. Diese sind insofern wichtig, als dass sie helfen können, den Weg in professionelle Behandlung zu ebenen. Wird eine Depression frühzeitig erkannt und konsequent behandelt, so können

neben dem Leid der Betroffenen auch finanzielle Kosten durch lange Fehlzeiten reduziert werden.
Das Barometer zeigte auch, dass Betroffene im Job überwiegend zurückhaltend mit Erkrankung umgehen. Die Mehrheit der an Depression erkrankten Beschäftigten spricht am Arbeitsplatz nicht über die Erkrankung. Ein Drittel der Betroffenen geht hingegen offen mit der Depression im beruflichen Umfeld um – mit zumeist positiven Erfahrungen (70%). Jeder Vierte (26%) hatte allerdings das Gefühl, dass durch den offenen Umgang nicht mehr die eigene Leistung, sondern die Erkrankung im Vordergrund stand.

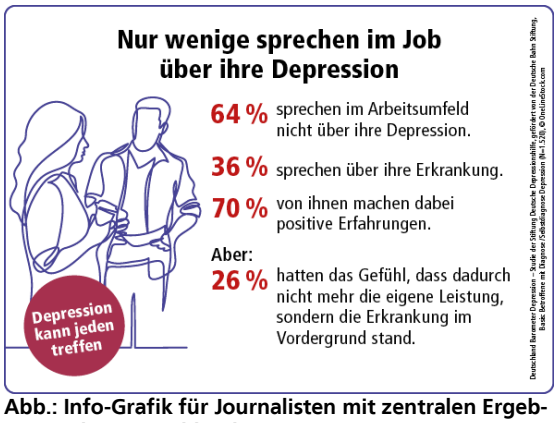


Abb.: Info-Grafik für Journalisten mit zentralen Ergebnissen des Deutschland-Barometers Depression

Das Barometer zeigte weiterhin, dass ein Großteil der Befragten Faktoren wie z.B. Konflikte und Belastungen am Arbeitsplatz als Auslöser für Depressionen betrachtet. Die erbliche Komponente der Depression und die Veränderung von Hirnprozessen waren hingegen weniger bekannt. Demzufolge war der fälschliche Glaube, Urlaub oder Ruhe und Schlaf könnten helfen eine Depression zu verbessern, weit verbreitet.

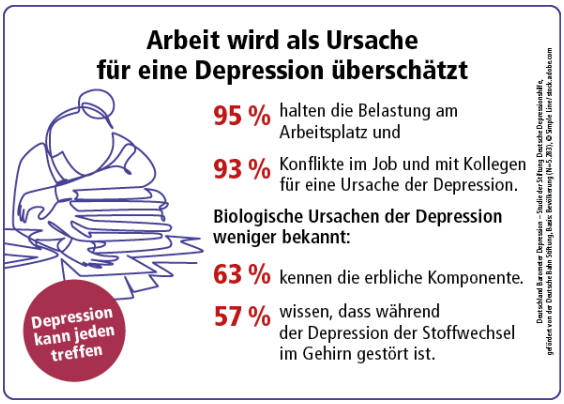


Abb.: Info-Grafik für Journalisten mit zentralen Ergebnissen des Deutschland-Barometers Depression

Aufklärung, Schulungen für Führungskräfte und Informationen für Mitarbeitende helfen nicht nur, den Weg in die professionelle Behandlung zu ebenen, sie können gleichzeitig auch deren Notwendigkeit aufzeigen.

Beide Deutschland-Barometer Depression in 2021 fanden erneut eine breite Medienresonanz – über 100 Medienberichte erschienen hierzu. Viele hochrangige Medien wie Spiegel online, Handelsblatt, Wirtschaftswoche, Sat.1-Nachrichten oder dpa berichteten über die Ergebnisse. Auch in den Folgemonaten kamen die Barometer-Ergebnisse weiter zum Einsatz in reichweitenstarken Berichten.

Abb.: Pressekonferenz zum Deutschland-Barometer Depression am 9.11.21

Deutschland-Barometer Depression im Zeitverlauf

Erstmals haben wir in 2021 die Basiserhebung des Deutschland-Barometers zu Meinungen und Einstellungen der Bevölkerung zu depressiven Erkrankungen im Zeitverlauf (2017 – 2021) ausgewertet. Diese praxisnahe Untersuchung soll v.a. zeigen, welche generellen Entwicklungen es in der Bevölkerung bezüglich

depressiver Erkrankungen gibt und wie sich Einstellungen im Zeitverlauf entwickelt haben. Eine solche grundlegende Analyse zu Meinungen und Irrtümer bzgl. depressiver Erkrankungen bietet großes Potential für zielgerichtete Handlungsempfehlungen – sowohl für die Kommunikationsarbeit als auch die Ableitung von Interventionsbausteinen. Mit den Antworten von knapp 23.000 Befragten liegt gleichzeitig ein unvergleichlicher Datenbestand zum Thema Depression vor.

Wir haben anhand diesem untersucht, wie die Depressionserkrankung in der allgemeinen Bevölkerung charakterisiert wird, was man als Ursache einer Depression vermutet und welche Behandlungsmittel als hilfreich empfunden werden. Die Analyse zeigte, dass bei der Aufklärung über die Erkrankung Depression schon viel erreicht wurde, dass es aber nach wie vor erhebliche Unkenntnis in der allgemeinen Bevölkerung und auch Stigmatisierung der Betroffenen gibt. Erfolgreich war die Kommunikation der beiden Kernbotschaften „Depression kann jeden treffen" (mittlerweile stimmen 96% der Befragten dieser Aussage völlig oder eher zu) und „Depression ist eine lebensbedrohliche Krankheit" (Zustimmung zur Aussage: 93%), die in der Bevölkerung gut verankert sind. Die dritte Kernbotschaft („Depression ist gut behandelbar") ist noch nicht hinreichend verankert (Zustimmung zur Aussage: 43%) und sollte verstärkt kommuniziert werden, zumal bei den leitliniengerechten Behandlungsmethoden noch viel Unkenntnis in der Bevölkerung herrscht. Das Ende des Berichts wurde daher auch einer Zielgruppe gewidmet, die für die Kommunikation über Depression besonders wichtig ist: Personen, die Vorbehalte gegen einer leitliniengerechten Behandlung haben. Diese praxisnahe Analyse wurde durch die finanzielle Unterstützung der „Brigitte Letsch geborene Düppers Stiftung" ermöglicht.

2.2.8 Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz (MENTUPP)

Die European Alliance Against Depression e.V. (EAAD) widmet sich gemeinsam mit der Stiftung Deutsche Depressionshilfe dem Thema „Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz". In einem groß angelegten, von der Europäischen Kommission geförderten Forschungsprojekt (MENTUPP) geht es um die Stärkung psychischer Gesundheit von Arbeitnehmern durch die Entwicklung diverser (Online)-Angebote. Die Interventionen zu verschiedenen Krankheitsbildern (z.B. Depression, Angststörungen) und zu nicht-klinischen Faktoren (z.B. Stress) werden für kleine und mittlere Unternehmen beispielhaft für die Sektoren Bauwesen, Gesundheitswesen und IT-Gewerbe entwickelt. Während kleinere Unternehmen mehr als 90 % aller Unternehmen in der EU ausmachen, verfügen sie im Vergleich zu größeren Organisationen kaum über Ressourcen, um die psychische Gesundheit der Arbeitnehmer zu unterstützen. Die Entwicklung leicht zugänglicher Instrumente soll hier Abhilfe schaffen. Innerhalb des Projekts werden die Angebote in einer Studie in neun Ländern in ganz Europa auf ihre Wirksamkeit getestet. In 2021 wurde das digitale Portal mit Lern- und Interventionsmaterialien (sog. „Hub") fertiggestellt, und die Politstudie startete in allen Ländern inkl. Deutschland.

3 Versorgungsnahe psychosoziale Projekte

3.1 Info-Telefon Depression

Das bundesweite Info-Telefon Depression, das mit Unterstützung der Deutsche Bahn Stiftung im September 2014 ins Leben gerufen und etabliert wurde, wurde auch 2021 ganzjährig angeboten. Unter der für den Anrufer kostenfreien Rufnummer 0800 33 44 5 33 war unser Team, bestehend aus Psychologinnen und Psychologen mit mindestens Bachelor-Abschluss und Psychotherapeutinnen und -therapeuten in Ausbildung unter der Leitung einer promovierten Psychologin, weiterhin montags, dienstags und donnerstags von 13.00 bis 17.00 Uhr und mittwochs und freitags von 8.30 bis 12.30 Uhr im Einsatz. Ziel des Projekts ist die kostenfreie Vermittlung von Informationen über die Erkrankung, deren Behandlung und über Hilfsangebote und Anlaufstellen für von Depression Betroffene und deren Angehörige vor allem direkt vor Ort.

Wie bereits in den Jahren zuvor stieg die Zahl der Anrufe auch im Jahr 2021. Nach Qualitätskontrolle (z.B. Bereinigung von Scherzanrufen) wurden innerhalb der o.g. Geschäftszeiten insgesamt 17.117Anrufe verzeichnet (2020: 14.686), aus denen 4.378 Gespräche hervorgingen (2020: 4.199). Die Anrufe wurden von 6.783 Anrufenden getätigt (die unterschiedlichen Zahlen erklären sich durch Mehrfachanrufe aufgrund besetzter Leitung oder weiterer Fragen einzelner Anrufender). Die Zahl der Anrufenden stieg damit im Vergleich zum Vorjahr (2020: 6.195) um ca. 9,5%. Dies ist u.a. auf die kontinuierliche Medienpräsenz der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und dem mittlerweile hohen Bekanntheitsgrad des Angebots zurückzuführen, sowie ferner auf die pandemiebedingten Einschnitte im öffentlichen Leben im Jahr 2021. Da sich schon Anfang des Jahres eine erhöhte Zahl von Anrufenden abzeichnete, wurde eine bereits eingearbeitete Mitarbeiterin (zeitlich befristet von Frühjahr bis Herbst) für eine zusätzliche Telefonschicht eingesetzt. Dadurch konnte die Zahl der geführten Gespräche im Vergleich zum Vorjahr noch um ca. 4,3 % gesteigert werden. So konnten im zweiten Pandemie-Jahr 2021 trotz gestiegener Anrufe noch Gespräche mit durchschnittlich 60,7 % der Anrufenden geführt werden (2020: 62,5 %, 2019: 67,8 %). Immer noch erreichte in 60,7 % der Fälle (20: 60,1 %, 2019: 67,3 %) ein Anrufer bzw. eine Anruferin beim ersten Versuch einen Mitarbeiter des Info-Telefons. Gesprächsfreie Zeit gab es kaum mehr.

Wie in den Vorjahren wurde im Jahr 2021 das Info-Telefon etwas häufiger von Frauen genutzt (weiblich: 2021 63,6 %; 2020 63,3 %). Hinsichtlich des Anrufer-Typs sieht es ebenfalls ähnlich aus wie im Jahr 2020: etwas mehr als die Hälfte der Anrufe kamen von Betroffenen (siehe Abb.). In 2021 wurde das Info-Telefon etwas häufiger von Anrufenden der Altersgruppe der 18-29Jährigen kontaktiert als im Jahr zuvor (2021: 22,7%; 2020: 17%). Ansonsten ist die Altersverteilung der Anrufenden (Abb.) der des Vorjahres sehr ähnlich.

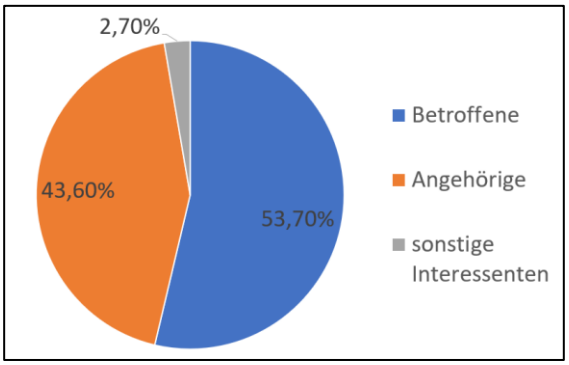


Abb.: Anrufer-Typen beim Info-Telefon in % (1.1.-31.12.2021)

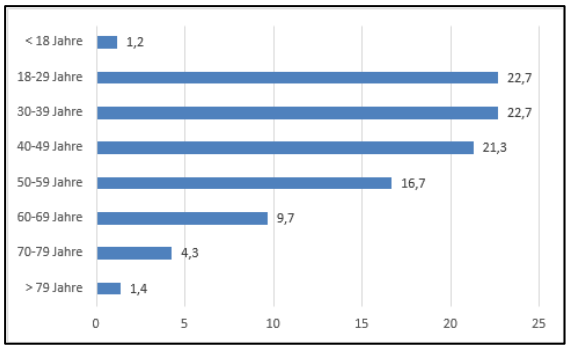


Abb.: Altersverteilung der Anrufer in % (1.1.-31.12.2021)

Die fünf häufigsten Anrufgründe sind mit denen in 2020 vergleichbar: am häufigsten (22,6%) thematisierten die Fragen den Umgang mit betroffenen Angehörigen oder Freunden. In 11,8% der Fälle ging es um die Suche nach einer Klinik oder einem Psychotherapeuten bzw. Psychotherapeutin. Auch das Jahr 2021 war aufgrund der Covid19-Pandemie noch von Kontaktbeschränkungen geprägt. So wurden Anrufende wie schon im Jahr zuvor verstärkt auf telefonische Hilfsangebote und digitale Möglichkeiten der Versorgung (Online-Selbsthilfetools, Online-Therapiemöglichkeiten) hingewiesen.

3.2 iFightDepression®

Ausweitung in Deutschland:

Das iFightDepression®-Tool (iFD) ist ein kostenfreies Online-Selbstmanagement-Programm, das Betroffenen mit leichteren Depressionsformen unterstützen und Wartezeiten auf Therapieplätze überbrücken soll. Es hilft Betroffenen ihre Erkrankung besser zu verstehen und zeigt Online-Übungen für den Alltag, um Gedanken oder Verhaltensweisen zu verändern. Um möglichst vielen Betroffenen die Möglichkeit zu geben, von iFightDepression® zu profitieren, wurde die Bekanntmachung in Deutschland 2021 fortgesetzt.

Die allgemeinärztliche Behandlung von Depression ist häufig begrenzt auf eine Beobachtung der Symptome und die Verordnung von antidepressiver Medikation. Da die Mehrheit der Patienten mit Depressionen von Hausärzten behandelt werden, besteht hier eine große Chance mittels Online-Selbstmanagement-Angeboten die Versorgung zu verbessern. IFightDepression® ist das einzige Tool für Menschen mit Depression, welches durch das Institut für Hausärztliche Fortbildung (IHF) zertifiziert wurde und das **Siegel „für Patienten geeignet" trägt.** Damit wird iFightDepression® gerade bei Hausärzten und Hausärztinnen bekannter und sichtbarer.

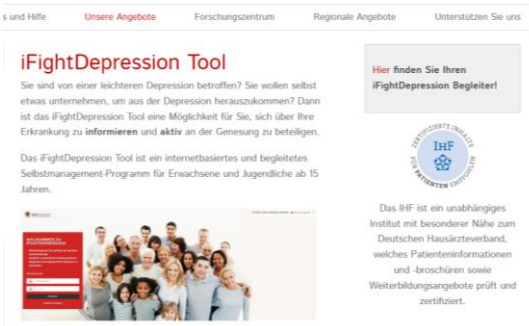


Abb.: Screenshot www.deutsche-depressionshilfe.de – Unterseite iFightDepression® mit IHF-Siegel

Die Implementierung wurde im Jahr 2021 fortgesetzt, und es konnten 262 neue ärztliche bzw. psychotherapeutische Begleiter und Begleiterinnen qualifiziert werden, so dass für iFightDepression® deutschlandweit nun 1.537 Ansprechpersonen für die Begleitung zur Verfügung stehen. Diese Entwicklung ist auch vor dem Hintergrund pandemiebedingter Einschränkungen der Versorgung (ausfallende bzw. abgesagte Facharzt- und/oder Psychotherapietermine) positiv bzw. durch diese auch mitbedingt.

Das iFightDepression®-Tool und die iFightDepression®-Internetseite sind Produkte der European Alliance Against Depression (www.eaad.net). Für Deutschland ist die Stiftung Deutsche Depressionshilfe Mitglied und kann somit die Versionen zur Nutzung in Deutschland anbieten und weiterentwickeln. Sie wurden in Deutschland mit Unterstützung der Deutsche Bahn Stiftung gGmbH an den Start gebracht.

„App Against Depression":

In den Jahren seit Einführung des iFightDepression® Tools im Oktober 2016, und verstärkt nochmals durch die große Nutzerzahl während

der Pandemie, hat die Stiftung kontinuierlich Feedback zum Tool gesammelt. Der häufigste Wunsch der Nutzer war, die Inhalte des iFight-Depression® Tools auch mobil über eine App nutzen zu können. Gleichzeitig wurde oft darauf verwiesen, dass – gerade in einer akuten Phase der Depression mit eingeschränkter Aufmerksamkeit – das Lesen von Texten herausfordernd ist. Basierend auf diesem Feedback wurde in Kooperation mit einem Softwareunternehmen, welches sich auf Patientenbegleitsoftware spezialisiert hat, eine Weiterentwicklung von iFightDepression® begonnen. In 2021 wurden dafür eine Aktualisierung aller Inhalte und eine Umsetzung im Video-Format vorgenommen. Gleichzeitig wurde die Nutzerführung auf die Verwendung über Smartphones angepasst. Um die Nutzbarkeit empirisch zu prüfen, wird eine Pilotstudie vorbereitet (inkl. Studienregistrierung, Ethik Antrag, Infrastruktur digitale Studiendurchführung), die im Laufe des Jahres 2022 durchgeführt wird.

Abb.: Dreh der Clips für die „App Against Depression" mit Sängerin Maria-Luise Gunst im Sommer 2021

iFightDepression® für westafrikanische Geflüchtete in Deutschland:

Zudem hat die SDD in 2021 mit Förderung der „Brigitte Letsch geborene Düppers Stiftung" das Projekt „iFightDepression® Gambia" initiiert. Ziel ist es, Informationen über Depression auf der iFightDepression® Website in zwei Muttersprachen für westafrikanische Geflüchtete in Deutschland zur Verfügung zu stellen. In Kooperation mit der EAAD und der gambischen NGO „Supportive Activists Foundation" wurden in 2021 die Teilschritte und Meilensteine geplant (kulturelle Adaption der Texte an den westafrikanischen Kontext, Übersetzung in die Sprachen Wolof und Mandinka, Aufnahme von Audios & Einpflegen in die Website). Da beide Sprachen gesprochene Sprachen sind, werden die Informationen als Audios bereit gestellt. Über relevante Anlaufstellen in der Flüchtlingshilfe sollen die Sprachversionen dann beworben werden.

3.3 Bündnis für psychische Gesundheit in der Bundeswehr

In 2020 begannen die Arbeiten für das Projekt „Bündnis für psychische Gesundheit in der Bundeswehr", das darauf abzielt, Versorgungsdefizite psychischer und insbesondere depressiver Erkrankungen beim Personal der Bundeswehr abzubauen und einen Beitrag zur Prävention suizidaler Handlungen zu leisten. Dafür wird ein mehrdimensionales Schulungs- und Informationskonzept mit niederschwelligen Zugangswegen, digitalunterstützten Behandlungsmethoden und einer bundeswehrinternen Aufklärungs- und Informationskampagne erarbeitet, etabliert und wissenschaftlich evaluiert. Grundlage dafür ist der erfolgreiche 4-Ebenen-Ansatz, der bei der Etablierung regionaler Bündnisse gegen Depression seit vielen Jahren umgesetzt wird. Er wird für die Belange der Bundeswehr adaptiert und evaluiert. Die entsprechenden Maßnahmen werden an insgesamt 8 Bundeswehr-Standorten durchgeführt; das Projekt hat eine Laufzeit von 3 Jahren (2020-2023).

Eine wichtige Zielgruppe der Maßnahmen sind die Truppenärztinnen und -ärzte sowie Truppenpsychologinnen und -psychologen an ausgewählten Interventionsstandorten. Wir führen Fortbildungen durch und sorgen für eine Vernetzung der lokalen/regionalen Beratungsangebote. Zur fachlichen Unterstützung der Truppenärzte soll ein psychiatrisches Expertenkonzil etabliert werden. Im Rahmen des 4-Ebenen-Ansatzes kommt auch iFightDepression® zum Einsatz, unser internetbasiertes, begleitetes Selbstmanagement-Programm für Menschen mit leichteren Depressionsformen. Das Tool

wird für die Belange der Bundeswehr angepasst und weiterentwickelt.
Neben Truppenärzten werden im Rahmen des 4-Ebenen-Ansatzes weitere wichtige Berufsgruppen mit Gatekeeper- oder Multiplikatorenfunktion zu den Themen „Depression und Suizidalität" fortgebildet. Hierbei handelt es sich u.a. um Leitungspersonal an den Standorten, Personalverantwortliche der regional tätigen Kompanien, Verbände und Großverbände und Kommandobehörden, Angehörige regionaler sozialer Dienste der Bundeswehr sowie Seelsorgerinnen und Seelsorger.

Abb.: Plakat zur Aufklärungsarbeit in der Bundeswehr (Foto: Bundeswehr / Thilo Pulpanek**)**

Mit den Kernbotschaften „Depression kann jeden treffen", „Depression hat viele Gesichter" und „Depression ist behandelbar" werden im Kontext der Bundeswehr auf einfache Art und Weise wesentliche Aspekte der Erkrankung vermittelt. Hierbei kommen verschiedene Informationsmedien zum Einsatz (Plakate, Flyer etc.). Zudem findet eine enge Zusammenarbeit mit BW-internen Medien statt, um die Präsenz der Thematik in der Bundeswehr zu erhöhen und Stigmatisierung abzubauen. Für Betroffene und Angehörige geschieht die Stärkung der Selbsthilfe durch eine intensive Vernetzung der Beteiligten von Seiten der Bundeswehr mit den regionalen Bündnissen gegen Depression vor Ort.

Abb.: Harald Schmidt bei der Aufnahme eines Podcasts für Bundeswehrangehörige in der Redaktion der Bundeswehr (Foto: Twardy)

Integraler Bestandteil des Projekts ist die Evaluation der durchgeführten Interventionen. Hierzu wird beispielsweise betrachtet, ob und in welchem Maße psychische Erkrankungen nach den durchgeführten Interventionen häufiger erkannt werden. Untersucht wird auch, inwieweit es gelingt, Wissen über Depression zu verbessern, Einstellungen zu verändern und Stigmatisierung abzubauen. Zudem wird erhoben, inwieweit niederschwellige Kontaktangebote in Anspruch genommen werden. Auch gesundheitsökonomische Effekte der Interventionen werden berücksichtigt.

Das Projekt hat sich 2021 aufgrund der COVID-19-Pandemie und der damit verbundenen Vorgaben seitens der Bundeswehr verzögert. Die vorgesehenen Interventionsmaßnahmen und die Evaluation konnten im Berichtsjahr 2021 daher nur am Standort Leipzig wie geplant durchgeführt werden. Die Maßnahmen an weiteren Standorten wurden vorbereitet, mussten aber pandemiebedingt verschoben werden.

3.4 Psychiatrisch-therapeutische Expertise für Bahnhofsmissionen

Seit 2014 bildet die Stiftung Deutsche Depressionshilfe mit Förderung durch die Deutsche Bahn Stiftung gGmbH vorwiegend ehrenamtlichen Mitarbeitende der Bahnhofsmissionen zum Umgang mit psychischen Erkrankungen, Depression und Suizidalität fort. Nach der erfolgreichen Pilotierung digitaler Schulungen im Jahr 2020 konnte das Schulungsangebot im Jahr 2021 weiter ausgebaut werden: Insgesamt wurden Mitarbeitende aus 16 Bahnhofsmissionen in acht regionalen digitalen Schulungen erreicht. Durch das digitale Format wurde der Zusammenschluss mehrerer Bahnhofsmissionen einer Region erleichtert. In einer Bahnhofsmission war das Interesse so groß, dass im Folgejahr eine zweite Schulung angeboten wird. Um die Vernetzung mit den regionalen Bündnissen gegen Depression zu fördern, wurde wo immer möglich, ein Referent bzw. Referentin aus der Region gewählt. Referierende wurden im Vorfeld im Rahmen eines digitalen Train-the-Trainer-Seminars am 23. Mai 2021 auf Inhalte und formale Besonderheiten digitaler Schulungen vorbereitet. Das Teilnehmer-Feedback zu den regionalen Schulungen war insgesamt sehr positiv: *„Ich habe die Schulung als sehr gut empfunden. Vielen Dank dafür. Ich fühle mich deutlich besser vorbereitet, um in Situationen, die psychische Erkrankungen beinhalten, sicherer zu agieren.“; „Sehr professionell und freundlich! Auch viele hilfreiche Fallbeispiele aus denen man einiges mitnehmen konnte.“*

Trotz der Vorteile digitaler Veranstaltungen wurde doch vielfach der Wunsch geäußert, möglichst wieder zu face2face-Veranstaltungen zurückzukehren. Diesem Wunsch soll im Jahr 2022 Rechnung getragen werden, sofern Pandemie-Bedingungen dies zulassen.

Neben den Schulungen für Bahnhofsmissionen in der Region konnten im Jahr 2021 auch einige bundesweite Workshops angeboten werden. Aus einer Liste mit wiederkehrenden Themenwünschen wurden die häufigsten herausgegriffen, um vier überregionale digitale Schulungen zum „Umgang mit psychischen Erkrankungen / Depression und Suizidalität“ mit den Schwerpunkten Suizidalität (mit Walter Kohl als Gast), COVID, Angststörungen und Suchtstörungen im Zusammenhang mit Depressionserkrankungen anzubieten. Auch diese Schulungen wurden sehr gut angenommen und sollen verstetigt werden.

Im Jahr 2021 konnte nach einer pandemiebedingten Verzögerung zudem das **Mutmacher-Projekt** in die erste Schulungsreihe starten. Mutmacher sind Mitarbeitende der Bahnhofsmission, die aktiv aufsuchend im Bahnhof tätig sind und sich Menschen, bei denen der Verdacht auf eine psychische Erkrankung besteht, zuwenden. Hierzu sind Wissen und Fertigkeiten im Umgang mit psychisch erkrankten Menschen notwendig, die über das bereits etablierte Schulungsangebot hinausgehen. Die Stiftung unterstütze bei der Gestaltung und Durchführung des Schulungsblocks zu psychischen Erkrankungen. Zuvor hatte die Stiftung Deutsche Depressionshilfe das Projekt bereits mit der Erstellung von speziell an den Bedürfnissen der Mutmacher orientierten Schulungsmaterialien geholfen. Das Mutmacher-Qualifizierungsprojekt für hauptamtliche Bahnhofsmissions-Mitarbeiter soll im Jahr 2022 fortgesetzt werden, erneut mit Begleitung der Schulungen durch die Stiftung Deutsche Depressionshilfe.

Zur weiteren Unterstützung der ehrenamtlichen Mitarbeitenden der Bahnhofsmissionen wurde das bereits zur Verfügung stehende kostenfreie **E-Learning-Programm** zu Erkennung und Umgang mit psychischen Problemen und Krisen gezielt beworben. Ergebnisse aus der Evaluation der Schulungen zeigten, dass 59% der hauptamtlichen Teilnehmenden und 42% der ehrenamtlichen Teilnehmenden das Tool bereits kannten und nutzen oder vorhatten es zu nutzen. Die Ergebnisse legen nahe, dass bisherige Aktionen zur Bekanntmachung des Tools bereits erfolgreich waren, aber auch

weiterhin Bedarf besteht, (gerade auch die neuen) Mitarbeitenden der Bahnhofsmissionen kontinuierlich auf das Angebot aufmerksam zu machen.

Abb.: E-Learning-Programm FOTO: SDD

3.5 Förderung regionaler Bündnisse

Die erfolgreiche Förderung von konkreten Projektvorhaben regionaler Bündnisse gegen Depression, die unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe agieren, konnte 2021 dank der erneuten Unterstützung durch die Deutsche Bahn Stiftung gGmbH fortgesetzt werden. Anders als üblich wurde kein Schwerpunktthema festgelegt und keine Schwerpunktförderung ausgeschrieben. Stattdessen wurde ein breites übergeordnetes Thema angeboten: „Nachhaltige Umsetzung des 4-Ebenen-Ansatzes vor dem Hintergrund von Digitalisierung und Auswirkungen der Corona-Pandemie". 24 regionale Aktivitäten von Bündnissen konnten im Rahmen des übergeordneten Themas gefördert werden. Zudem erhielten zwei regionale Bündnisse Aufbau- bzw. Anschub-Unterstützung. Trotz der immer noch schwierigen Lage durch die Corona-Pandemie musste nur ein Bündnis aufgrund von erkranktem Personal die Umsetzung des geplanten Projektes ins Jahr 2022 verschieben. Im Folgenden sind die im Jahr 2021 durchgeführten Aktivitäten aufgeführt:

Bündnis gegen Depression in …	Förderung für …
Rostock	Wiederbelebung der Bündnisaktivitäten
Gotha	Aufbauunterstützung
Bochum	Sport- und Stressbewältigungskurse (Präsenz & digital), Anschaffung Laptop für Umsetzung von Online- & Hybridschulungen
Duisburg	Online-Seminar zu „Digitalisierung" (nutzbar für Öffentlichkeitsarbeit), Online-Yoga für Betroffene, Online-Kunstprojekt
Frankfurt a. M.	Online-Veranstaltungsreihe „Trialog Depression" für Austausch zwischen Betroffenen, Angehörigen, Experten/Multiplikatoren
Freiburg	Kostenfreies Infotelefon für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen (Informationen über Depressionen, Behandlung, reg. Unterstützungsangebote)
Fulda	individuelle Hausaufgabenhilfe für Kinder psychisch erkrankter Eltern inkl. Bereitstellung benötigter techn. Ausstattung
Gießen	Vorbereitung Dreh von Experten-Informationsvideos zum Thema Depression (wegen Krankheit Umsetzung in 2022)
Leipzig	Überregionales Selbsthilfeaustauschtreffen, Anschaffung von Technikausrüstung zum Aufzeichnen von Angeboten und für Liveübertragung, Umsetzung Onlinekurse (z.B. Yoga)
München	Digitalisierung von Peer-Beratung und Stammtisch für Betroffene und Angehörige
Nürnberg	Erstellung professioneller Informationsvideos zu Depression mit verschiedenen Experten/ Expertinnen für eigenen Youtube-Kanal, türkische und russische Sprache
Osnabrück	Online Gesprächsforum & Digitale Vortragsreihe zu Depression
Rotenburg	„Der Depression Beine machen": Kurs für Bewegung und Achtsamkeit, Erstellung Homepage
Südniedersachsen	Überarbeitung & Digitalisierung des Wegweisers „Psychisch krank – was nun?", digitale/

	hybride Lesungen, Vorträge, Schulungen
Chiemsee	Einrichtung & Pflege Instagram-Account & YouTube-Kanal, Online-Vortrag mit anschließender Gesprächsrunde
Dresden	Etablieren und Bekanntmachen des Internetportals www.suizid-praevention-dresden.de/ via Facebook Kooperation mit Hausärzten/Hausärztinnen: Information über digitale Behandlungsangebote in der Coronakrise (Versand Infomails, Postings Facebook, Mitwirkung an Online-Fortbildung zu DiGAs) Digitale Angebote für Angehörige und Betroffene: Etablieren geschlossener Facebookgruppe für persönliche Kontakte und Austausch in geschütztem Rahmen & ressourcenorientierte Beiträge mit Fokus auf angenehmen Dingen im Leben Youtube-Reihe zu Copingstrategien auf Vlog Markus Bock & Tobi Katze
Saarland	Psychoedukative Online-Seminare für Patienten und Patientinnen und deren Angehörige
Peine	Digitale Schulung zur Erweiterung der digitalen Kompetenz im Bündnisteam und bei Multiplikatoren des Landkreises
Paderborn	Vortrag zum Thema Depression und Suizidalität
Marburg	Vortragsreihe „Depression/Psychische Gesundheit“, Anschaffung von technischem Equipment
Hildesheim	Anschaffung von Medientechnik für Umsetzung von Online- und Hybridschulungen sowie digitalen Beratungsangeboten
Herne	Dreiteilige Veranstaltung "Welche Auswirkung hat Corona auf unsere Psyche?" mit Pressegespräch vorab
Hannover	Veranstaltungsreihe (14 analoge, 3 digitale: Vorträge, Diskussionen, Fachtagung, Filmvorführungen, Poetry-Slam, Informationsveranstaltungen)
Erlangen	YouTube-Kanal: Erarbeitung Konzept zur Produktion von Videos rund um Depression & lokale Anlaufstellen; Veröffentlichung erster Videos
Würzburg	Anschaffung von Kamera und Mikrofon zur Aufzeichnung von Online-Interviewreihe für YouTube-Kanal des Bündnisses

Gerade in Zeiten von Corona bot die finanzielle Unterstützung dank der Deutsche Bahn Stiftung eine große Hilfe für die überwiegend ehrenamtlich agierenden Bündnisse. Im Zuge der Pandemie wurde eine beeindruckende kreative Energie in der Bündnisarbeit freigesetzt. Den Bündnissen gelang es, ihre Projekte an die Besonderheiten der Situation anzupassen, die sich durch teils schwer planbare Änderungen der geltenden Regulierungen und bestehenden Kontaktbeschränkungen auszeichnete. Es gelang eine ganze Reihe von Hilfs- und Informationsangeboten für den digitalen Raum zu entwickeln oder bestehende Angebote anzupassen.

3.6 Fördertopf für Suizidpräventionsprojekte und -Aufklärung

Dank einer größeren aber auch kleinerer Einzelspenden in Höhe von knapp 80.000 Euro konnten verschiedene Projekte wie Forschung aber auch Veranstaltungen, Initiativen und Aktionen speziell zur Suizidprävention insbesondere im Rahmen der regionalen Bündnisse gegen Depression durchgeführt bzw. gefördert werden. Dieser Suizidpräventionstopf ist nahezu aufgebraucht und wird in 2022 geschlossen werden.

In 2020 wurde im Rahmen dessen eine Pilotstudie in Auftrag gegeben zum Thema Schienensuizide. Europaweit weist Deutschland die höchste Rate von Schienensuiziden auf, gefolgt von Frankreich. Ziel des Projekts ist es, mehr darüber zu erfahren, wie sich Suizidenten im Vorfeld eines Suizidversuchs verhalten und ob es verallgemeinerbare Muster gibt, die präventiv genutzt werden könnten. Die zentrale Erhebung hierbei sind Kameraaufzeichnungen von Bahnhöfen und Tunneleingängen.

Aufgrund besonderer Möglichkeiten am Standort Hamburg wird das Studien-Projekt "Bedingungskonstellation von Schienensuiziden. Ableitung präventionsrelevanter Lokalisations- und Bewegungsparameter" von einem Team des Universitätsklinikums Eppendorf (UKE) in Hamburg durchgeführt. Denn hier können empirisch und Experten-begründete Merkmale von Verhalten, Bewegung und Interaktion der Personen unmittelbar vor dem Suizid erhoben und klassifiziert werden sollen: Denn etwa 80 % der durch Suizid Verstorbenen in Hamburg werden in das Institut für Rechtsmedizin des UKE gebracht. Durch diese Besonderheit können hilfreiche zusätzliche Informationen zu den Todesumständen sowie zu potentiell vorhandenen psychiatrischen Anamnesedaten erhoben werden und auch polizeiliche Akten hinzugezogen werden. Über eine bereits bestehende Kooperation mit der Bundespolizei besteht zudem Zugriff auf Videomaterial nahezu aller Bahnsuizide in Hamburg – nicht zuletzt auch aufgrund einer engmaschigen Installation hochauflösender Kameras im Bahnhofsbereich im Zuge des G20 Gipfels. Die Pilot-Studie wurde Ende 2021 abgeschlossen, die Ergebnispräsentation in Form einer Fach-Publikation ist für 2022 vorgesehen.

3.7 Psychosoziales Coaching für Langzeitarbeitslose

Mehr zwei Drittel der Langzeitarbeitslosen über 50 Jahre sind unerkannterweise psychisch erkrankt – nicht in Folge ihrer Arbeitslosigkeit, sie kommen vielmehr aufgrund ihrer Erkrankung nicht aus der Arbeitslosigkeit heraus. Hier existiert ein großer Hebel, um erkrankten Menschen direkt professionelle Hilfe zukommen zu lassen. Dies zeigte das Pilotprojekt des Psychosozialen Coachings in Leipzig. In Folge der Behandlung konnten Langzeitarbeitslose auch wieder selbstbestimmt am Arbeitsleben teilnehmen.

2015 nahm die Koordinationsstelle der Stiftung Deutsche Depressionshilfe ihre Arbeit auf. Das Ziel: die Ausweitung des in Leipzig erfolgreichen Pilotprojektes „Psychosoziales Coaching für Langzeitarbeitslose" auf andere Städte und Regionen in Deutschland.

<u>Bestehende Standorte 2021</u>

Das Netzwerk des Psychosozialen Coachings hatte in 2021 folgende aktive Netzwerkpartner:

- KreisJobcenter Marburg-Biedenkopf, Kooperationspartner: Universitätsklinikum Gießen-Marburg, seit Oktober 2015
- Jobcenter Berlin Lichtenberg, Kooperationspartner: KEH Berlin, seit Januar 2017
- Kommunales Jobcenter Odenwaldkreis, Kooperationspartner: Zentrum für Psychische Gesundheit Erbach, seit April 2021
- Jobcenter Stadt Magdeburg, Kooperationspartner: Klinikum Magdeburg, seit Juli 2021

Auf Grundlage unseres Projektes „Psychosoziales Coaching" wurde 2021 in Zusammenarbeit mit dem Hessischen Ministerium für Soziales und Arbeit ein Projektantrag zur Ausweitung des psychosozialen Coachings für das Bundesland Hessen erstellt. Anfang Oktober 2021 wurde das Projekt „Psychische Gesundheit Arbeitswelt Hessen" zur Umsetzung im Jahr 2022 bewilligt. Das Projekt wird im Rahmen eines Sofortprogrammes zur Krisenbewältigung (**REACT-EU**) umgesetzt, mit dem das Land Hessen soziale Folgen der Corona Pandemie bekämpft. Gefördert wird das Projekt im Rahmen des Europäischen Sozialfond (ESF). Im Rahmen des Projektes werden verschiedene Bausteine umgesetzt: neben dem Psychosozialen Coaching für Arbeitslose gibt es auch Interventionen für Arbeitende und Führungskräfte wie Schulungen und die Einrichtung einer Hotline für hessische Unternehmen. Häufig besteht Unsicherheit im Umgang mit Mitarbeitenden

und Kolleginnen und Kollegen, die psychisch belastet erscheinen und möglicherweise von Depression betroffen sind. Deshalb sollen im Rahmen von REACT-EU auch Schulungen für Führungskräfte, Personalverantwortliche, Mitglieder des Betriebsrats etc. zum Thema Depression angeboten werden. Diese vermitteln notwendige Wissensgrundlagen und Handlungskompetenz, um sicher und ausgewogen mit psychisch belasteten Kolleginnen und Kollegen umzugehen. Eine Hauptaktivität von REACT wird aber die Umsetzung des Psychosozialen Coachings für das Jahr 2022 an verschiedenen Standorten in Hessen sein.

Datenauswertung der aktiven Standorte

Die folgenden beiden Abbildungen zeigen versorgungsrelevante Daten der Standorte, bei denen das Psychosoziale Coaching bereits implementiert wurde und Daten verfügbar sind (Leipzig, Marburg- Biedenkopf, Berlin-Lichtenberg und Odenwaldkreis). Die erste Abbildung macht den Anteil an Diagnosen/ Behandlungsempfehlungen bei Personen, die das Psychosoziale Coaching in Anspruch genommen haben, deutlich: 75% der Teilnehmenden (aller betrachteten Standorte) erhalten im Psychosozialen Coaching eine Diagnose oder Behandlungsempfehlung. Der zweiten Abbildung ist zu entnehmen, dass nur eine Minderheit dieser Teilnehmenden mit Diagnose oder Behandlungsempfehlung zu Beginn des Psychosozialen Coachings bereits in Behandlung waren. Der Großteil von 77% der Teilnehmenden mit Diagnose bzw. Behandlungsempfehlung war gar nicht oder nur in suboptimaler Behandlung.

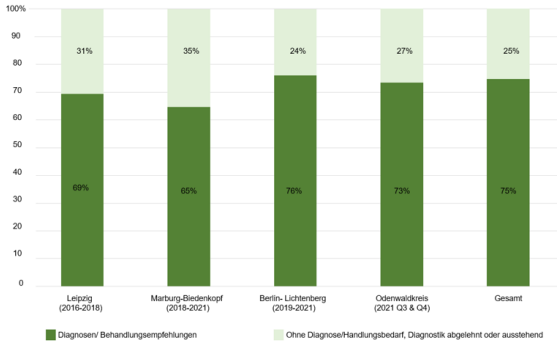


Abb.: Anteil an Diagnosen/ Behandlungsempfehlungen bei Personen, die das Psychosoziale Coaching in Anspruch genommen haben

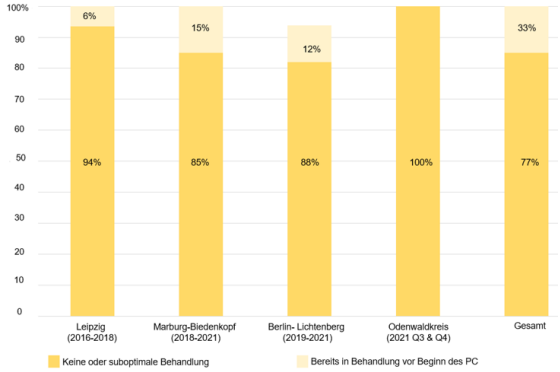


Abb.: Anteil an leitliniengerechten Behandlungen vor dem Psychosozialen Coaching bei Personen, die im PC eine Diagnose/Behandlungsempfehlung erhalten haben

Weitere Aktivitäten in 2021

Schulungen

2.07.2021 Lotsenschulungen in den Jobcentern Erbach und Magdeburg im Rahmen der Implementierung

5.07.2021 Online-Schulung der Jobcenter-Mitarbeitenden der Stadt Magdeburg im Rahmen der Implementierung am Standort Magdeburg

9.07.2021 Online-Schulung der Jobcenter-Mitarbeitenden in Erbach Odenwald im Rahmen der Implementierung am Standort Erbach

16.07.2021 Online-Schulung der Jobcenter-Mitarbeitenden der Stadt Magdeburg im Rahmen der Implementierung am Standort Magdeburg

Veranstaltungen

8.9.2021 Netzwerk- und Ausweitungstreffen in Zusammenarbeit mit dem Hessischen Ministerium für Soziales und Integration (HMSI) und dem Institut für Wirtschaft, Arbeit und Kultur, Goethe-Universität Frankfurt (IWAK).

3.8 Peers at work – kollegiale Depressions-Beratung im Deutsche Bahn Konzern

„Kollegiale Depressionsbegleiter“ sind Mitarbeiter, die selbst erfahren haben, welche Hürden sich bei einer Depressionserkrankung ergeben können. Sie werden durch Experten geschult und fachlich unterstützt, um andere betroffene Kollegen zu beraten. Unser Konzept für Unternehmen stützt sich auf die erfolgreiche Arbeit sogenannter „Peer-Berater“, die als erfahrene Betroffene bereits im Umfeld von Praxen und Kliniken unterstützend tätig sind. Angst, Schamgefühle und krankheitsbedingt ein verminderter Antrieb reduzieren das Hilfesuchverhalten Betroffener. Viele Erkrankte wissen zudem nicht, an wen sie sich wenden sollen. Die Verzögerung eines Behandlungsbeginns erhöht bei Depression das Risiko eines ungünstigen Krankheitsverlaufs. Erfahrene betroffene Kollegen kennen sowohl die Erkrankung als auch das Arbeitsumfeld bestens und können als Lotse konkret weiterhelfen.

2018 startete das Pilotprojekt „Peers at work“ im DB-Konzern als Vorreiter mit der Konzept- und Vorbereitungsphase. Kollegiale Depressionsbegleiter aus zehn Geschäftsbereichen der Deutsche Bahn AG in Berlin und Frankfurt wurden tätig. 2019 erhielt das Projekt den DGPPN Antistigma-Preis. Das Angebot wurde gut angenommen. Durch die Corona-Pandemie waren alle kollegialen Depressionsbegleiter ab März 2020 fast ausschließlich im Homeoffice tätig. Aber gerade im Home-Office haben viele Kollegen die Möglichkeit der telefonischen oder videogestützten Beratung genutzt, da während der Pandemie viele Angebote und Hilfsmöglichkeiten eingeschränkt nutzbar waren. Begleitet wurde das Projekt von einem Steuerungskreis aus internen und externen Fachleuten inkl. Betroffenenvertretern.

Realisiert wird das Pilotprojekt durch die Stiftungsfamilie BSW & EWH (Bahn-Sozialwerk) und die Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Gefördert wird die Initiative vom Fonds soziale Sicherung, einer gemeinsamen Einrichtung der Gewerkschaft EVG und der DB AG. Die Förderung für das erfolgreiche Pilotprojekt wurde bis Ende 2021 verlängert und Ende 2021 dann auch so erfolgreich abgeschlossen, dass das Projekt ab 2022 konzernweit im Deutsche Bahn Konzern verstetigt wird.

3.9 Das „Alles Gut?! Tutorial“ – gefördert durch das Cathy Hummels-Programm

Im September 2021 veranstaltete die Moderatorin und Influencerin Cathy Hummels in München eine 'Charity Wiesn Wiesn', auf dem Spenden zur Aufklärung und Unterstützung junger Menschen mit Depression gesammelt wurden. Weitere Spendenaktionen auf ihre eigene Initiative hin folgten. Cathy Hummels, die selbst in ihrer Jugendzeit an Depression erkrankte, möchte anderen jungen Menschen mit ihrem Engagement und ihrem öffentlichen Bekenntnis Mut machen und unterstützen.

Abb.: Vorstandsmitglied Dr. Nico Niedermeier bei der Spendenübergabe des Charity-Events von Cathy Hummels (Bildquelle: www.instagram.com/cathyhummels)

Über 50.000 Euro kamen so 2021 an Spenden zusammen. Auch Fans der Moderatorin spendeten für das von ihr ins Leben gerufene „Cathy Hummels Programm“ zur Förderung von Projekten zur Aufklärung und Hilfe junger Menschen mit Depression.

In Folge werden aus diesen Mitteln bei der Stiftung Deutsche Depressionshilfe Video-Tutorials

unter dem Titel „Alles gut?!" für Jugendliche zu Depression entstehen.

3.10 Jugendbeirat

Der im Jahr 2021 neu gegründete Jugendbeirat der Stiftung Deutsche Depressionshilfe soll zur Aufklärung und Sensibilisierung junger Menschen für Depression beitragen.
Obwohl etwa zwei junge Menschen pro Schulklasse an einer Depression erkrankt sind, wissen viele Jugendliche bislang nur wenig über die Erkrankung. Das soll mithilfe des Jugendbeirats geändert werden. Wir sind der Meinung, junge Menschen am besten zu erreichen, wenn wir sie direkt in die Gestaltung der Aufklärungsarbeit und in die Entscheidungsprozesse einbeziehen. Deshalb soll der Jugendbeirat eigene Konzepte entwickeln, wie Gleichaltrige mehr über die Erkrankung Depression erfahren und für psychische Gesundheit sensibilisiert werden können. Zudem beraten sie uns in der Ansprache junger Zielgruppen.
Möglich wurde der Jugendbeirat durch eine Anschubfinanzierung des sächsischen Mitmachfonds. Zudem gab es in 2021 dankenswerterweise eine Förderung über 1.000 Euro durch die Town& Country-Stiftung, hinzu kam die Auszeichnung als Landessieger mit dem Town & Country-Stiftungspreis über nochmals 5.000 Euro.

Abb.: Jugendbeiräte bei einem Projekttreffen in Leipzig
(Foto: SDD)

Seit Sommer 2021 arbeiten 8 Jugendliche aus Leipzig und Umgebung in unserem Jugendbeirat ehrenamtlich mit. Geplant ist für 2022 eine Mitarbeit am Video-Tutorial gefördert vom Cathy Hummels Programm, die Teilnahme und Vorstellung beim Patientenkongress Depression und die Entwicklung eigener Ideen für die Aufklärungsarbeit v.a. auf Social Media.

4 Aufklärungs-/Öffentlichkeitsarbeit

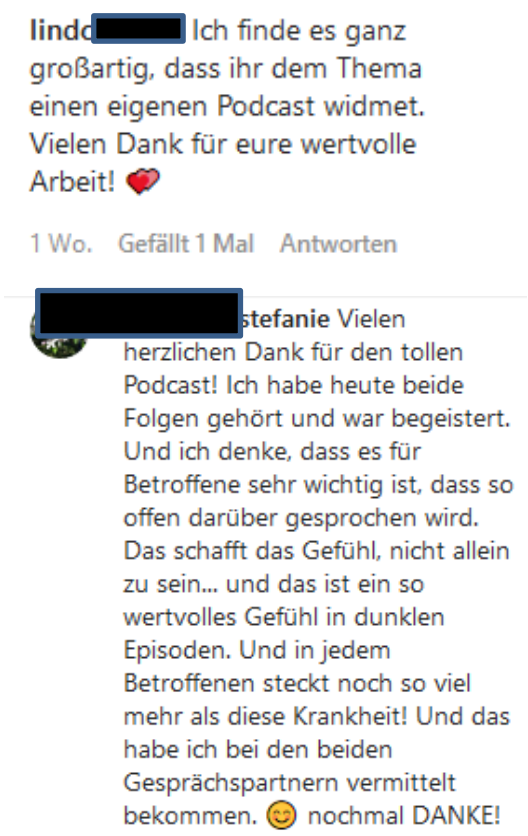
4.1 Aufklärungskampagnen über Depression

4.1.1 Wissenschafts-Podcast „Raus aus der Depression"

Ein Highlight in 2021 im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit war der im Sommer in Kooperation mit NDR Info gestartete Wissenschafts-Podcast „Raus aus der Depression" mit zwei Staffeln und insgesamt 12 Folgen. NDR Info produzierte zuvor den reichweitenstarken und bekannten Podcast „Corona Virus Update" mit Prof. Drosten, so dass die psychische Gesundheit als Folgethematik eine hohe Aufmerksamkeit erlangte.
Allein aus den ersten 6 Folgen folgten über 120.000 Downloads , und der Podcast kletterte bis auf Platz 2 der Apple Podcast-Charts für Deutschland. Entertainer und Schirmherr der Stiftung, Harald Schmidt, kommt als Gastgeber des Podcasts mit verschiedenen prominenten Betroffenen zu unterschiedlichen Aspekten der Depression ins Gespräch, darunter Unternehmensberater Walter Kohl, Singer-Songwriterin Clara Louise und Schriftstellerin Jasmin Schreiber. Der Psychiater und Vorstandsvorsitzende der Stiftung, Prof. Hegerl, klärte in jeder Folge als Experte zu verschiedenen Aspekten der Erkrankung auf. Der Podcast ist unter www.ndr.de/rausausderdepression, in der ARD Audiothek und auf den gängigen Plattformen aufrufbar. Um noch mehr Menschen mit dem Thema Depression zu erreichen, sind die Folgen der zweiten Staffel seit 2021 auch bei Spotify verfügbar.

Abb.: Cover Podcast „Raus aus der Depression" (© NDR Foto: Foto Harald Schmidt: Marcus Simaitis/ Foto Prof. Ulrich Hegerl: Martin Jehnichen)

Uns erreichte sehr viel positives Feedback zum Podcast, exemplarisch seien hier zwei Beispiele angeführt:



4.1.2 „Brave Together"-Initiative

Seit 2021 ist die internationale Beauty-Marke MAYBELLINE NEW YORK der L´Oréal-Gruppe Kooperationspartner der Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Mit der BRAVE TOGETHER-Initiative sorgen die Partner gemeinsam für mehr Bewusstsein und Aufklärung über psychische Erkrankungen. Auf Social Media und der Projekt-Website (www.maybelline.de/bravetogether) kommen Influencer mit ihren Erfahrungen rund um Depressionen und Angsterkrankungen zu Wort. Dadurch wird klar: Depression kann jeden treffen. Zudem wird eine Zielgruppe direkt in ihrem Interessens-Umfeld angesprochen, die sonst für die Themen Psychische Gesundheit und Depression nicht einfach zu erreichen ist. Das ermöglicht eine breitere Präventions- und Aufklärungsarbeit, zudem werden Vorurteile und Hürden abgebaut. Im Rahmen der Initiative wurde neben der Nennung von Anlaufstellen und Hilfsprojekten für Betroffene auch ein direktes E-Mail-Angebot für Fragen rund um die Depression eingerichtet. Zudem führen die Partner im Unternehmen auch Schulungen durch.

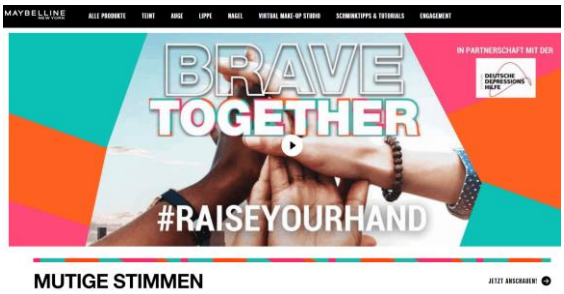


Abb.: Website www.maybelline.de/bravetogether

4.1.3 TV-Spot (Social-)Kampagne

Um die breite Öffentlichkeit über das Thema Depression aufzuklären, wurde der mit finanzieller Unterstützung der Deutsche Bahn Stiftung produzierte TV-Spot auch in 2021 fortgeführt. Der Social-Spot wurde dankenswerterweise erneut kontinuierlich bei RTL, VOX up und RTL plus ausgestrahlt. Pro Ausstrahlung sahen bis zu 5 Millionen Deutsche zu. Am Ende des Spots wird als Anlaufstelle für mehr Informationen die Website der Stiftung Deutsche Depressionshilfe angezeigt.

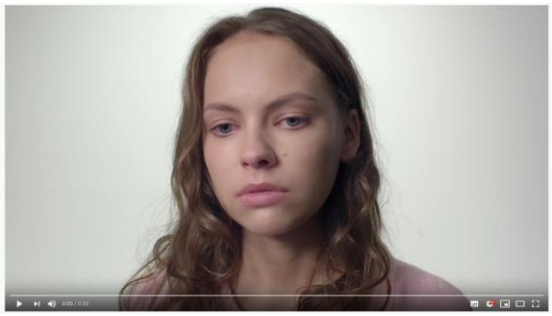


Abb.: Screenshot TV-Spot

Online steht der Spot unter www.youtube.com/depressionshilfe sowie auf der Stiftungs-Homepage www.deutsche-depressionshilfe.de zur Verfügung.

4.1.4 Plakatkampagne

Eine Fortsetzung unserer Plakat-Kampagne zur Aufklärung über Depression war ab Frühjahr 2021 mit Unterstützung der DIGOOH Media GmbH möglich. Die DIGOOH stellte der Stiftung Deutsche Depressionshilfe dankenswerterweise kostenfrei Plätze für digitale City-Light-Poster zur Verfügung. Darauf wurde unser etabliertes Kampagnenmotiv mit Harald Schmidt bundesweit rund 3,5 Mio. Mal ausgespielt.

Abb.: Kampagnenmotiv mit Harald Schmidt auf einer DIGOOH-Werbefläche (Bildquelle: Screenshot www.instagram.com/cash.miri)

Zudem konnten wir 2021 dank der ehrenamtlichen Unterstützung der Agentur WEFRA ein neues Motiv („Der Frühling erwacht, doch in dir ist alles grau") entwickeln, das ebenso auf den Werbeflächen der DIGOOH ausgespielt wurde. Das Plakatmotiv wurde beim Communicator Award 2021 dreimal mit Gold ausgezeichnet. Beim Annual Healthcare Advertising Award erreichte das Motiv im selben Jahr Silber.

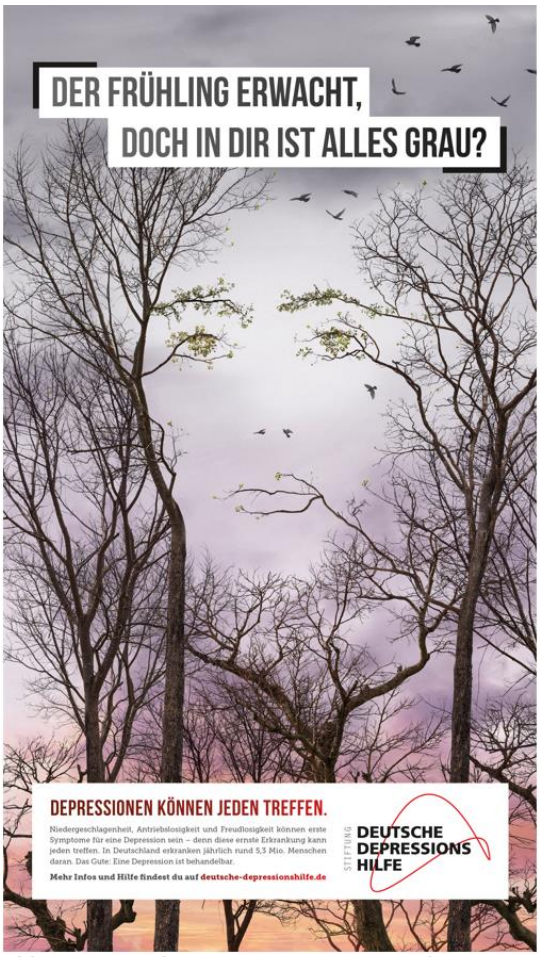


Abb.: Ausgezeichnetes Kampagnenmotiv der Agentur WEFRA für die Stiftung Deutsche Depressionshilfe

4.1.5 Wanderausstellung

Seit 2011 reisen 17 Bilder aus drei Kreativwettbewerben der Stiftung Deutsche Depressionshilfe als Wanderausstellung „Wege aus der Depression" quer durch Deutschland. Die Kunstwerke werden in Institutionen, Praxen, Kliniken genauso wie bei Themenwochen rund um die Depression gezeigt und laden dadurch zu Gedankenaustausch und Diskussion ein. Die hierzu organisierten Vernissagen und Veranstaltungen tragen auf kreative Weise zur Aufklärung über Depression bei. Insbesondere die Künstler – oftmals selbst Betroffene oder Angehörige – teilen mit ihren Werken nicht nur ihre eigenen Erfahrungen und Perspektiven auf die Erkrankung, sondern machen auch anderen Mut, sich auf ihren eigenen Weg aus der Depression zu machen.

Abb.: Motive der Wanderausstellung

2021 war die Ausstellung zunächst ganzjährig ausgebucht, konnte allerdings pandemiebedingt in der ersten Jahreshälfte nicht reisen. Ab Juli machte sie Station in einer Beratungsstelle in Hannover, einem Museum in Arnschwang, einer Kirchengemeinde in Reilingen sowie beim Bundesministerium für Bildung und Forschung in Bonn. Im Dezember 2021 wurden die Bilder nachgedruckt und gegen die bisherigen mit Abnutzungen und Gebrauchsspuren ausgetauscht.

4.2 Informationskanäle der Stiftung

Der Fokus der Kommunikationsarbeit lag auf der **Unterstützung depressiv Erkrankter und deren Angehörigen**. Dabei geht es darum, Wissen über die Erkrankung zu vermitteln und Menschen mit Depression und deren Umfeld dabei zu helfen, besser mit der Erkrankung umzugehen. Auch 2021 waren die Folgen der Pandemie für psychisch erkrankte Menschen weiter deutlich zu spüren. Maßnahmen zur Kontaktbeschränkungen wirkten sich auf den Alltag der Betroffenen negativ aus, die medizinische Versorgung von Menschen mit Depression war im 2. Pandemiejahr weiter angespannt. Auf Social Media, auf unserer Website, in unseren Newslettern und Pressemitteilungen informierten wir Betroffene und Angehörige über Hilfsangebote (z.B. Info-Telefon Depression, iFightDepression-Programm). Zudem gaben wir Tipps für den Alltag. So ist es für depressiv erkrankte Menschen z.B. besonders wichtig, trotz Homeoffice und Ausgangsbeschränkungen eine feste Tagesstruktur und einen festen Schlafrhythmus einzuhalten.

4.2.1 Newsletter

Ende 2021 erhielten rund 13.150 Empfänger den monatlichen kostenfreien Newsletter der Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Dieser enthält beispielsweise regelmäßig Tipps für den Umgang mit der Erkrankung von wechselnden Experten. So wurde 2021 z.B. über Themen wie Klinikaufenthalt bei Depression, Apps in der Depressionsbehandlung oder Depression & Arbeit berichtet. Außerdem informiert der Newsletter über Neuigkeiten zur Erkrankung, interessante Berichte in den Medien und gibt einen Überblick zu regionalen (in 2021 oft digital durchgeführte) Veranstaltungen, als auch Einblicke in die Stiftungsarbeit.

Newsletter

Ausgabe Oktober 2021

Wissenswertes über Depression

Klinikaufenthalt: persönlicher Erfahrungsbericht

Nachdem wir letzten Monat fachliche Fragen zum Thema Klinikaufenthalt bei Depression beantwortet haben, folgt dieses Mal ein persönlicher Erfahrungsbericht eines prominenten Gesichts:

Drei Fragen an Christian Brandes, besser bekannt als Schlecky Silberstein, Autor, Schauspieler und Blogger - und wie er es selbst beschreibt: "in Depressionen verstrickt".

Warum bist Du in eine psychiatrische Klinik gegangen?
Ganz einfach: Es ging nicht anders. Ich bin da ganz uninformiert „reingestolpert" und hab gedacht: „Sonst wird es eng".

Wie sah Dein Alltag in der Klinik aus?
Der Klinikalltag bedeutet vor allem: Entschleunigung! Der Tag bekommt wieder Struktur. Sei es durch Ergotherapie, Frühsport, Tanztherapie. Es geht darum, dass man dies mit den Leuten macht, denen es genauso geht, wie einem selbst. Diese Gemeinsamkeit ist der größte Therapieaspekt. Dann kommt der rein medizinische Aspekt hinzu: Man wird auf Medikamente eingestellt. Was bringt einen runter, wovon kann man besser schlafen? Wie viel von was? Welche Kombinationen?

Was kannst Du rückblickend über Deinen Klinikaufenthalt sagen?

Abb.: Screenshot Newsletter 10/21: Erfahrungsbericht Klinikaufenthalt

4.2.2 Social Media

Seit nunmehr zehn Jahren ist die Stiftung auf der Social-Media-Plattform **Facebook** unter www.facebook.com/DeutscheDepressionshilfe aktiv. Regelmäßig informieren wir auch hier über Neuigkeiten rund um das Thema Depression. Ende 2021 folgen 17.900 Abonnenten der Deutschen Depressionshilfe bei Facebook (+2.550 im Vergleich zum Vorjahr), hinzu kommen Follower anderer Accounts, die unsere Posts geteilt haben. Einzelne Posts zur Corona-Pandemie erreichten Reichweiten von bis zu 57.500 Menschen. Aber auch Beiträge zum neuen Podcast „Raus aus der Depression" und

zu Basiswissen zur Erkrankung (Wie entsteht eine Depression? Formen der Depression) werden oft geteilt und erreichen so besonders viele Nutzerinnen und Nutzer. Einzelne Posts kamen auf eine Reichweite von bis zu 135.000 Menschen

Abb.: Screenshot reichweitenstärkster Facebook-Post in 2021

Besonders viel Zuspruch erhielten wir über den Social Media Kanal **Instagram**: Die Zahl der Follower bei Instagram (www.instagram.com/stark_gegen_depression) hat sich in 2021 mehr als verdoppelt (Ende 2021: 45.000 Follower; + 25.000 im Vergleich zum Vorjahr). Highlights waren Themenwochen zum Klinikaufenthalt bei Depression, zur Therapieplatzsuche, körperlichen Beschwerden bei Depression oder Tipps für Angehörige.

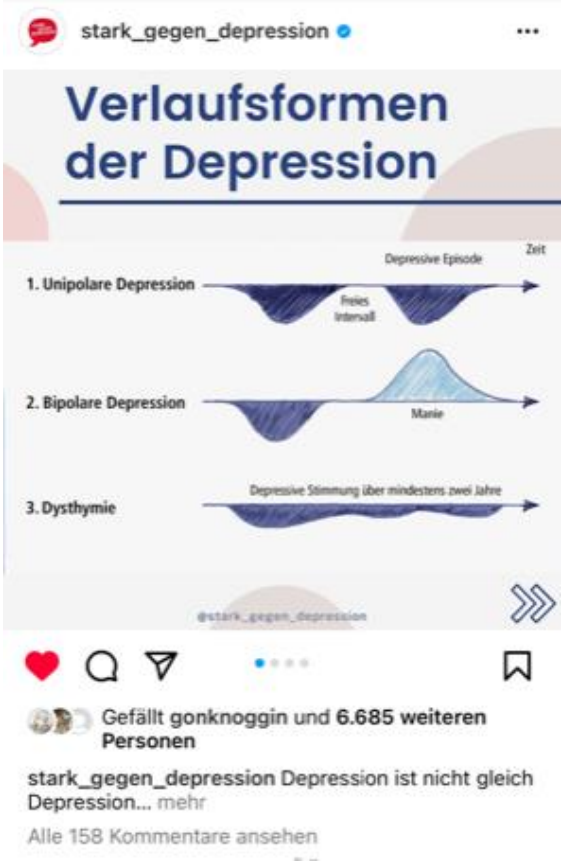


Abb.: Screenshot reichweitenstärkster Instagram-Post

Auch der Kurznachrichtendienst **Twitter** wird unter https://twitter.com/depr_hilfe regelmäßig mit Neuigkeiten rund um die Erkrankung gepflegt. 2.800 Nutzer folgten uns Ende 2021 über diesen Kanal - auch hier ein Anstieg von 1.200 Nutzern im Vergleich zum Vorjahr

Zu vielen Aspekten der Depression entstanden bei Social Media rege und sehr respektvolle Diskussionen. Die Corona-Pandemie bleibt dabei auch 2021 ein großes Thema. Via Facebook, Instagram und Twitter hat die Stiftung Deutsche Depressionshilfe zudem kontinuierlich ermutigt, sich professionelle Hilfe zu suchen. So gab es in 2021 einen Themenschwerpunkt Therapieplatzsuche und Klinikaufenthalt. Mit mehreren Posts und Interviews zeigen wir Wege in die Behandlung auf, machen den Ablauf deutlich und bauen so Vorurteile sowie Ängste ab.

Abb.: Screenshot Post Therapieplatzsuche

Aber auch lockere Beiträge mit Augenzwinkern sind auf unseren Social-Media-Kanälen hin und wieder eine Möglichkeit , Followern zu zeigen, dass sie mit ihrer Erkrankung nicht alleine sind.

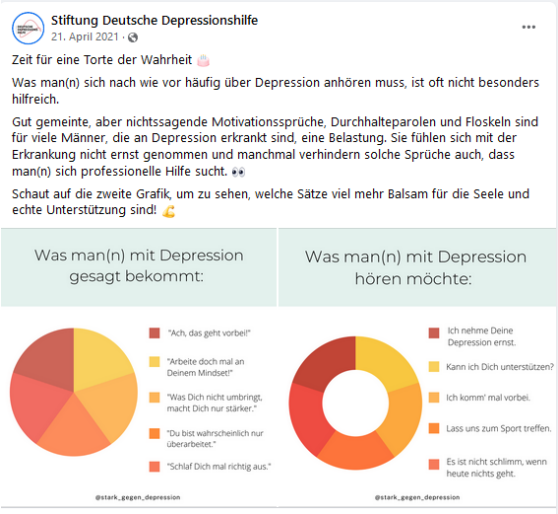


Abb.: Screenshot Post Torte der Wahrheit

2021 konnten wir auch die Zusammenarbeit mit Bloggern und **Influencern** (= wichtige Multiplikatoren bei Social Media mit hoher Reichweite) weiter ausbauen.

Zum World Mental Health Day (10.10.2021) starteten wir eine Social-Media-Kampagne für einen offenen Umgang mit Depression mit vielen anderen Social Media Accounts wie Autor Dr. Leon Windscheid, Sängerin Madeline Juno oder Gamer Eskay.

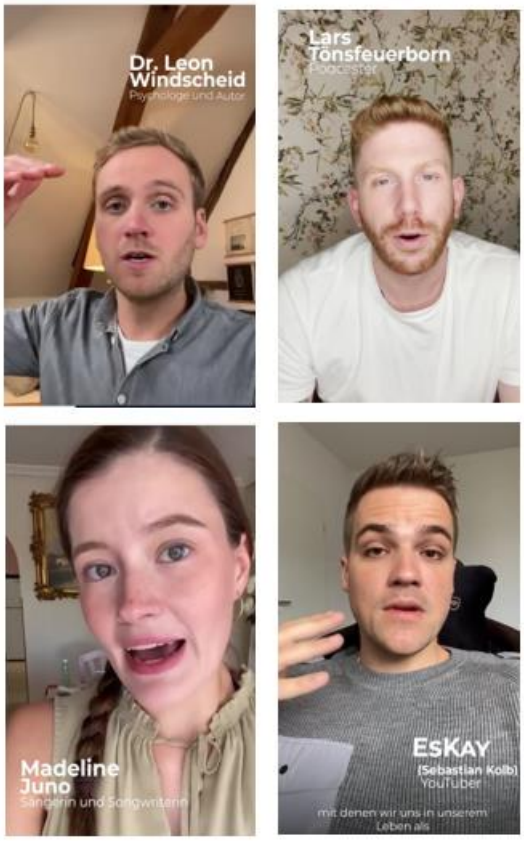


Abb.: Social Media Aktion World Mental Health Day

Webseite

Im Jahr 2021 konnten wir 1,73 Mio. Besucher auf unserer Website verzeichnen. Besonders häufig besucht wurden der Selbsttest Depression, Rat für Angehörige und die Seiten, die Basisinformationen zur Erkrankung bieten (Was ist eine Depression?, Wo finde ich Hilfe? Ursachen und Auslöser). Viele Nutzer suchten auch nach Informationen bezüglich Behandlungsmöglichkeiten.

Die Besucher wurden vor allem über die Google-Suche auf unser Web-Angebot aufmerksam. Hier haben wir in 2021 mit kontinuierlichem **Suchmaschinen-Marketing** über Google Ads begonnen. Auch Verlinkungen anderer Interessierter und Partner sowie **über Social Media** spielen eine wichtige Rolle, um

Nutzer auf unser Informationsangebot aufmerksam zu machen. Vor allem mediale Berichterstattung über Depression bringt immer wieder neue Interessierte auf unser Web-Angebot: Der Tag mit den meisten Website-Besuchern des Jahres war der 23. März mit 9.051 Besuchern – der Veröffentlichungstag unserer „Sondererhebung Deutschland-Barometer Depression". Platz 2 der Nutzungsstatistik belegte der 9. November mit 8.741 Besuchern - der Veröffentlichungstag unseres „Deutschland-Barometer Depression".

4.3 Medienarbeit

Auch 2021 führte die Stiftung ihre intensive Medienarbeit fort. Wir erreichten erneut eine große mediale Aufmerksamkeit im Zusammenhang mit den aufgezeigten psychischen Folgen der Corona-Pandemie insbesondere für Depressionspatienten. Insbesondere die im März 2021 veröffentlichte Sondererhebung des Deutschland-Barometers Depression zu den Folgen des 2. Lockdowns für Menschen mit Depression stieß auf großes mediales Interesse. Die Ergebnisse der repräsentativen Bevölkerungsbefragung wurden von sehr vielen Medien aufgegriffen, bis hin zu einem Interview mit Prof. Hegerl dazu in der Tagesschau oder einer Live-Schalte im ZDF Morgenmagazin.

Ebenso stand die Wissensvermittlung über Depression und die Entstigmatisierung im Fokus der Arbeit. Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe ist gefragte Expertin in nahezu allen Leitmedien. Mit Hintergrundinformationen, Statements und Interviews zur Einordnung der Erkrankung, der Vermittlung von Experten und Betroffenen bzw. Angehörigen als Interviewpartner und aktiver Themensetzung positionierte sich die Stiftung Deutsche Depressionshilfe bei den Medienvertretern als erste Anlaufstelle rund um das Thema.

Insgesamt haben wir im Verlauf des Jahres 915 Print-Berichte und 327 Online-Artikel mit der Nennung der Stiftung Deutsche Depressionshilfe oder dem Vorstandsvorsitzenden Prof. Hegerl verzeichnet. Hinzu kommen zahlreiche TV- und Radio-Berichte.

Die Medienvertreter erhielten von uns 2021 **acht Pressemitteilungen,** mit denen wir aktiv auf neue Themen aus unseren Projekten oder unsere Positionen aufmerksam machten:

23.02.2021 Depression bei Jugendlichen: Tipps und digitale Hilfen

23.03.2021 Sondererhebung Deutschland-Barometer Depression: 2. Lockdown verschlechtert Krankheitsverlauf und Versorgung von psychisch Erkrankten massiv

29.06.2021 Neuer Podcast „Raus aus der Depression" mit Entertainer Harald Schmidt und Experte Prof. Ulrich Hegerl

10.09.2021 Zum Weltsuizidpräventionstag: 25 Menschen versterben in Deutschland jeden Tag durch Suizid

09.11.2021 Deutschland-Barometer Depression: Jeder fünfte Beschäftigte an Depression erkrankt

16.11.2021 Bundeswehr und Stiftung Deutsche Depressionshilfe starten Bündnis für psychische Gesundheit

23.11.2021 NDR Info Podcast „Raus aus der Depression" mit Entertainer Harald Schmidt und Experte Prof. Ulrich Hegerl geht in die zweite Runde

14.12.2021 Neue Online-Schulung „Depression im Alter" für Pflegekräfte und pflegende Angehörige

Workshops für Journalisten: Berichterstattung über Suizide

Die Medien prägen maßgeblich das Bild mit, das sich die Öffentlichkeit von Menschen mit Depression und anderen psychischen

Erkrankungen macht. Deshalb setzt sich die Stiftung Deutsche Depressionshilfe kontinuierlich für eine vorurteilsfreie Berichterstattung ein: In Workshops, gefördert von der Deutsche Bahn Stiftung, geben wir praktische Handlungsempfehlungen, um Medienschaffende im Umgang mit dem Thema Depression und anderen psychischen Erkrankungen zu unterstützen. Gleichzeitig diskutieren wir, wie über das Thema Selbsttötungen verantwortungsvoll berichtet werden kann, ohne Nachahmungstaten (Werther-Effekt) hervorzurufen.

So zeichneten wir im Frühjahr 2021 ein **Schulungsvideo** zur verantwortungsvollen Berichterstattung über Suizide für Redakteure der RTL-Sendegruppe und der RTL Journalistenschule auf. Das Experten-Video mit Prof. Hegerl wird nun kontinuierlich zu Schulungszwecken bei RTL eingesetzt.

Darüber hinaus entwickelten wir für Berichterstattende in Ausbildung ein neues Format: beim **Interviewtraining** stand die verantwortungsvolle Berichterstattung über Suizide erstmals am MADSACK Medien Campus in Hannover im Mittelpunkt, für das sich Prof. Hegerl vor Ort zur Verfügung stellte. Auch für die Akademie für Publizistik Hamburg standen wir als Gesprächspartner im Interviewtraining per Videocall zur Verfügung und kamen dabei mit den Volontären auch intensiv zum Werther-Effekt ins Gespräch.

Und auch bei **Medienkongressen** bringen wir das wichtige Thema ins Gespräch: Zu den 16. Tutzinger Radiotagen am 20.9.2021 unter dem Motto „Brüche überwinden –Brücken bauen" der Akademie für politische Bildung hielt Prof. Hegerl einen Impulsvortrag zur Berichterstattung bei Suizid und über psychische Erkrankungen. Dazu gab er direkt vor Ort auch ein umfängliches Radiointerview beim rbb.

Abb.: Prof. Hegerl informiert bei den Radiotagen Tutzingen über den Werther-Effekt (Foto: Akademie für politische Bildung)

Zudem arbeiteten wir 2021 an einem Konzept zur Weiterentwicklung der Presseseminare in digitaler Form und berieten ganzjährig Journalistinnnen und Journalisten aber auch Pressestellen wie z.B. der Polizei zu ihren Fragen zu konkreten Berichterstattungsanlässen. Darüber hinaus gab es auch Fragestellungen zu diversen Film- und Serienprojekten.

Offensive Psychische Gesundheit

Bundesfamilienministerium, Bundesarbeitsministerium und Bundesgesundheitsministerium starteten 2020 gemeinsam mit einem breiten Bündnis von über fünfzig Institutionen die „Offensive Psychische Gesundheit". Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe ist als Partner dabei. Im Rahmen der Offensive wurden über 3.000 Präventions- und Unterstützungsangebote von 723 Institutionen gesammelt, die sich an unterschiedliche Zielgruppen und Lebenswelten richten. Auch die Stiftung Deutsche Depressionshilfe hat ihre Angebote eingebracht. Ziel war es, die unterschiedlichen Akteure stärker zu vernetzen. Zudem sollen Betroffene eine bessere Übersicht über Hilfsangebote erhalten, damit sie diese noch einfacher finden und frühzeitig nutzen können. Die Zusammenstellung ist auf der Webseite der Offensive unter www.inqa.de zugänglich. Den Abschluss fand die Initiative am 2. Juni 2021 mit einem digitalen Dialogforum, an dem auch Prof. Ulrich Hegerl mit einem Vortrag teilnehmen durfte.

Abb.: Digitale Abschlusskonferenz zur Offensive psychische Gesundheit (Screenshot)

4.4 Vorträge und Konferenzen

Viele Vorträge und Info-Stände vor Ort mussten 2021 pandemiebedingt ausfallen. Einige Termine konnten aber digital oder hybrid stattfinden wie z.B.:

- Sofa Jam - Gegen Einsamkeit im digitalen Wohnzimmer (26.2.21): Spendenabend mit Musik und Vorträgen, um auf die mentale Gesundheit in der Pandemie aufmerksam zu machen.
- Basisvortrag Depression bei den Wirtschaftsjunioren Düsseldorf (10.3.21)
- Vortrag „Vom Studium in die Depression?" für Studierende bei der Friedrich-Naumann-Stiftung (24.3.21)
- Vortrag zu Suizidalität beim bundesweiten Suchhunde e.V. (21.5.21): Oft ist der Suchhunde e.V. mit seinen Tieren und Hundeführern beteiligt, wenn Menschen mit Suizidgedanken vermisst werden. Die Ehrenamtlichen des Vereins baten deshalb um einen Basisvortrag zu Suizidalität, um besser mit diesen Situationen umgehen zu können.
- „Depression und Suizidprävention im universitären Kontext" für „Psychisch fit studieren – Irrsinnig Menschlich e.V." (1.6.21). Der Vortrag erreichte 170 Hochschulmitarbeitende aus Lehre, Forschung, Verwaltung und Hilfs- und Beratungsstellen.
- Online-Vortrag zu den Corona-Folgen für Depressionspatienten (aus Deutschland-Barometer) für die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (23.11.21)
- Teilnahme an Diskussionsrunde bei der Digital World of Health 4.0 zum Thema „Eco systems und ihre systemische Einordnung im Gesundheitswesen – Prävention als Rückgrat der Zukunft? (9.12.21).

5 Fundraising

Besondere Spendenaktionen

Zahlreiche Spender haben auch in 2021 die Arbeit unserer Stiftung mit verschiedenen Aktionen und Eigeninitiativen dankenswerterweise unterstützt, darunter u.a.:

Spendenaktion Jungmakler

Die Jungmakler sind ein Nachwuchswettbewerb der Versicherungs-, Finanz und Immobilienwirtschaft. Die 12 Finalisten im Jahr 2021 hatten sich dazu entschieden, eine gemeinsame Spendenaktion zu Gunsten der Stiftung Deutsche Depressionshilfe zu realisieren. Zusätzlich unterstützten mehrere Versicherungsunternehmen die Aktion, sodass die großartige Gesamtsumme von 30.400,00 € zusammenkam. Großen Dank!

Abb.: Spendenaktion der Jungmakler

In der **ZDF-Quizshow** „Da kommst du nie drauf" spendeten in Frühjahr 2021 **Martin Rütter und Axel Prahl** ihren Gewinn über 5.833,32€ an die Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Wir sagen Danke – auch für die damit verbundene Aufmerksamkeit fürs Thema.

In diesen außergewöhnlichen Corona-Zeiten mit ihren Einschränkungen rückten psychische Erkrankungen weiter in den Fokus der öffentlichen Wahrnehmung. Wir freuen uns, dass sich dadurch auch Firmen des gesellschaftlich wichtigen Themas Mentale Gesundheit im Rahmen ihres gesellschaftlichen Engagements annehmen – in 2021 haben uns nach 2020 erneut

Mittel eines Unternehmens aus der Finanzbranche in Frankfurt am Main erreicht (50.000 Euro), um in Corona-Zeiten Betroffene und Angehörige zu unterstützen.

Förderpreise

Swiss-Life Förderpreis: 3. Platz

Die Swiss Life Stiftung lobt jährlich einen Förderpreis für gemeinnützige Organisationen aus, die sich um eine Verbesserung der Lebensumstände für Kinder und Jugendliche und teilweise auch deren Mütter bemühen. Die Mitarbeitenden sowie Vertriebspartnerinnen und Vertriebspartner waren auch 2021 wieder eingeladen, Projekte vorzuschlagen – u.a. wurden wir benannt. Im Anschluss konnten die Mitarbeitenden ihre Favoriten küren und damit über die Reihenfolge und gleichzeitig die Höhe der jeweiligen Fördersumme abstimmen. Die ersten drei Gewinnerprojekte erhalten jeweils 20.000 Euro, die restlichen 40.000 Euro gingen an sieben weitere Projekte. Wir durften uns über Platz 3 und 20.000 Euro Fördersumme für ein zu realisierendes E-Learning-Projekt für Jugendliche freuen.

Abb.: Scheckübergabe Swiss Life (Foto: Katrin Lorenz; links Prof. Hegerl, rechts Rolf H. Prost von Swiss Life in Leipzig)

Town & Country-Stiftungspreis: Landessieger für Sachsen

Am 19. November 2021 erhielt die Stiftung Deutsche Depressionshilfe bei einer Preisverleihung im Erfurter Kaisersaal den Town & Country Stiftungspreis für Sachsen für den Jugendbeirat der Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Der Preis prämierte ausgezeichnetes soziales Engagement für Kinder und Jugendliche mit 5.000 Euro.

Abb.: Preisverleihung der Town & Country Stiftung (Foto: Town & Country Stiftung / Andreas Pöcking)

Spenden über Soziale/Digitale Netzwerke

Eine besondere Unterstützung erhielten wir 2021 auch aus unserer Community bei Social Media. Insgesamt fast 90.000 Euro kamen aus **Spenden bei Facebook und Instagram** zusammen, die dort meist als Geburtstagsspendenaktionen durchgeführt werden.

Auch über die **Crowdfunding-Plattform „betterplace"** kamen in der Pandemie-Zeit besonders viele auf die gute Idee, Spendenaktionen und -aufrufe zu unseren Gunsten zu starten. Besonders ragten dabei Spendenaktionen aus dem Gaming-Bereich heraus. Dabei werden Spenden-Streams veranstaltet, die neben Informationen auch zur Unterstützung unserer Organisation aufrufen.

Im Juli 2021 akkreditierten wir uns zudem erstmals für das **Paypal-Spendentool**. So wird Paypal-Kunden bei der Nutzung des Bezahldienst zusätzlich eine Spende über 1 Euro an wechselnde, gelistete Hilfsorganisationen vorgeschlagen.

Hoffnungsspender im Förderkreis

Wer die Stiftungsarbeit mit mindestens 200 Euro im Jahr unterstützen und sich auch inhaltlich etwas mehr mit dem Thema beschäftigen möchte, kann Spender im Förderkreis werden. Er erhält dann regelmäßige Informationen zu den Aktivitäten der Stiftung. 2021 konnten wir

in unserem Förderkreis 18 neue Hoffnungsspender willkommen heißen (in der Reihenfolge des Zutritts):
Wir begrüßen und bedanken uns u.a. bei:

- Timo Romberg
- Rathaus-Apotheke Saerbeck
- Thilo Quest
- Andrea Zimny
- Philipp Ringele
- Sarah Spieker
- Christoph Borschel
- Daniel Mack
- Christian Wagner
- Christoph Grüter
- Solveig Höchst
- Susanne Petersen
- Benjamin Ostermann
- Markus Appelt
- Martin Koch
- Ralf Brinker

Damit führen wir zum Jahresende 60 Hoffnungsspender im Förderkreis (2020: 42).

In 2021 wurden zudem 29 **Trauerspenden** mit der Bitte um Spende an die Stiftung Deutsche Depressionshilfe statt Kränze und Blumen an uns herangetragen.

Kontinuierliche Spender und Partner
Ohne die Unterstützung von unseren kleineren und großen Spendern, Zustiftern, Sponsoren und Kooperationspartnern wäre unsere gemeinnützige Arbeit nicht möglich. Unser Dank gilt insbesondere auch unseren kontinuierlichen Förderern und Partnern:

Seit 2021 unterstützt der Sportartikelhersteller **ASICS** – ein Akronym für „Anima Sana In Corpore Sano"– die Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Im Rahmen der Partnerschaft soll über die positive Auswirkung von Sport auf die mentale Gesundheit und als Unterstützung auch bei psychischen Erkrankungen aufgeklärt werden. Ein Beispiel ist der ASICS World EKIDEN 2021. Bei der Aktion konnten Läufer und Läuferinnen in Teams einen virtuellen Staffelmarathon im Sinne der mentalen Gesundheit absolvieren und Spenden für die Deutsche Depressionshilfe erlaufen.

Seit 2021 ist zudem die internationale Beauty-Marke MAYBELLINE NEW YORK **der L´Oréal-Gruppe** Kooperationspartner der Stiftung Deutsche Depressionshilfe (s. Projekt BRAVE TOGETHER).

Seit Ende 2020 fördert die **Brigitte Letsch geb. Düppers Stiftung** dankenswerterweise Projekte unserer Arbeit – insbesondere in der versorgungsnahen Forschung – und hat dies auch in 2021 fortgeführt. Seit 2019 unterstützt sie Menschen, die unter psychischen Erkrankungen leiden.

Bereits seit 2014 unterstützt uns die **Deutsche Bahn Stiftung gGmbH**. 2021 wurden erneut zahlreiche Projekte in den Bereichen psychosoziale Hilfsprojekte und Aufklärung exklusiv gefördert. Die Unternehmensstiftung hat sich die psychische Gesundheit als eines ihrer zentralen Themen gesetzt.

Außerdem arbeiten wir projektbezogen mit verschiedenen **Krankenkassen** zusammen und in Projekten, die von **Bundesministerien** wie dem Bundesgesundheitsministerium und dem Bundesministerium für Bildung und Forschung sowie der EU gefördert werden.

6 Organisation/Struktur

Integration des „Deutschen Bündnis gegen Depression e.V."
Die Form der Zusammenarbeit mit dem Deutschen Bündnis gegen Depression e.V. änderte sich in diesem Jahr. Denn mit Beschluss der Mitgliederversammlung des „Deutschen Bündnis gegen Depression e.V." vom 06.11.2020 wurde der Verein aufgelöst. Alle Aktivitäten werden auf Wunsch des Vereins von Jahresbeginn 2021 an auch

rechtlich unter dem Dach der Stiftung fortgeführt, um so Synergieeffekte besser nutzen zu können, Doppelarbeiten zu vermeiden und Organisationsstrukturen zu vereinfachen. Ein eigenes Projekt-Team der Stiftung unterstützt die **Regionalen Bündnisse gegen Depression** weiterhin in ihrer Arbeit.

Satzungsneufassung/Namensänderung:
Um den Zusammenhang zwischen psychischen Erkrankungen, v.a. Depression und Suiziden, deutlicher zu machen, hatte die Stiftung 2021 im Rahmen eines umfänglichen Satzungsänderungs-Prozesses u.a. auch ihre Namensänderung in „Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention" angeschoben. Das soll auch bei der Vergabe von Drittmitteln, aber auch Expertenanfragen rund um das Thema Suizidprävention helfen. Gerade in den Bereichen Politik und Presse ist dieser Zusammenhang nicht ausreichend bekannt. Der Prozess wird in 2022 abgeschlossen.

Bewährte prominente Stimmen: Schirmherr und Botschafter

Abb.: Schirmherr und Botschafter beim 5. Deutschen Patientenkongress Depression
FOTO: ALEXANDER SCHMIDT/PUNCTUM

Schirmherr Harald Schmidt als auch unsere prominenten **Botschafter Victoria Müller, Walter Kohl und Simon Licht** unterstützten uns auch 2021 tatkräftig und brachten das Thema Depression aufmerksamkeitsstark in die Öffentlichkeit. So stand Harald Schmidt z.B. als Moderator des gemeinsamen Podcasts mit NDR Info zur Verfügung, in dem auch die Botschafter Walter Kohl und Victoria Müller zu Gast waren. Walter Kohl unterstützte darüber hinaus als Referent bei Vorträgen wie bei den Radiotagen in Tutzingen oder den Schulungen für die Bahnhofsmission, er engagierte sich zudem als Stiftungsrat. Simon Licht ist zu hören in unserem E-Learning-Tool für Pflegekräfte und pflegende Angehörige.

Kooperationen unter unserem Dach
Als nationaler Dachverband für Deutschland ist die Stiftung Mitglied in der **European Alliance Against Depression (EAAD)** und kooperiert mit der EAAD z.B. bei Anträgen in Forschungsprojekten auf europäischer Ebene und kümmert sich in Deutschland um die Verbreitung des von EAAD lizenzierten Programms iFight-Depression®. Auch die Zusammenarbeit mit dem **Diskussionsforum Depression e.V.** (inkl. Jugendforum FIDEO) wurde in 2021 projektbezogen fortgeführt.

Weitere kontinuierliche Kooperationen
Auch mit der Betroffenenorganisation **Deutsche DepressionsLiga e.V.** arbeiten wir in diversen Projekten zusammen. Seit 2018 unterstützt die Healthcare-Agentur **WEFRA LIFE** ehrenamtlich unsere Stiftung mit kreativen und aufmerksamkeitsstarken Kampagnen-Motiven.

Und last but not least: die **Goethe-Universität Frankfurt.** Die Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Universitätsklinikums Frankfurt und die Stiftung Deutsche Depressionshilfe arbeiten seit 2019 eng bei der Erforschung der Depression und der Prävention von Suiziden zusammen. Im Rahmen dieser universitären Anbindung führen die Kooperationspartner auch gemeinsame Forschungs-, Aufklärungs- und Interventionsprojekte durch.

Gemeinsam stark gegen Depression
Wir danken an dieser Stelle allen, die unsere Arbeit in 2021 unterstützt haben – unserem Schirmherrn und unseren Botschaftern, den Gremien-Vertretern, unseren Jugendräten, allen weiteren Ehrenamtlichen, unseren

Förderern, Spendern und Kooperationspartnern und natürlich unserem Team*. Ohne sie alle wäre unsere Arbeit nicht möglich!

* Sämtliche Personenbezeichnungen gelten im gesamten Bericht gleichermaßen für alle Geschlechter (m/w/d).

Stiftung Deutsche Depressionshilfe
Vorstand:
Prof. Dr. Ulrich Hegerl
(Vorsitzender)
Dr. Nico Niedermeier
(Stellv. Vorsitzender)
Thomas Müller-Rörich

Geschäftsführung: Susanne Baldauf

Büro Leipzig (Dienstsitz):
Goerdelerring 9
04109 Leipzig
Tel: 0341/22 38 74-10

Büro Frankfurt/M. (akademische Anbindung):
Stiftung Deutsche Depressionshilfe
c/o Universitätsklinikum Frankfurt/M.
Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie
Heinrich-Hoffmann-Str.10
60528 Frankfurt

info@deutsche-depressionshilfe.de
http://www.deutsche-depressionshilfe.de

.....
Prof. Dr. Ulrich Hegerl
Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe

.....
Susanne Baldauf
Geschäftsführerin der Stiftung Deutsche Depressionshilfe