

## ZUM THEMA

# Münchner Bündnis gegen Depression: „Die Angebote besser vernetzen“

## MÄA-Interview mit Rita Schäfer und Dr. Joachim Hein

*Im Mai 2008 wurde in München ein Bündnis gegen Depression gegründet. Es ist eines von inzwischen etwa 50 regionalen Netzwerken gegen Depression, die in den vergangenen Jahren nach dem Vorbild des bekannten Nürnberger Modellprojektes entstanden sind, das 2001 im Auftrag des Bundesministeriums für Bildung und Forschung an den Start gegangen war. Ausgangspunkt für das Münchner Bündnis war eine Gesundheitskonferenz der Landeshauptstadt München im Dezember 2006 zum Thema „Volkskrankheit Depression“. Dort war der Bedarf einer besseren Vernetzung der Münchner Einrichtungen festgestellt worden, die sich dem Thema Depression widmen. Die MÄA sprachen mit der Geschäftsführerin des Bündnisses, Rita Schäfer, und mit dem Initiator, Dr. Joachim Hein, über ihre Ziele und über die „Woche für seelische Gesundheit“, die – vom Bündnis koordiniert – im Herbst in München stattfinden wird.*

**MÄA:** Seit knapp einem Jahr gibt es das Münchner Bündnis gegen Depression. Wer oder was steht dahinter?

Schäfer: Das Münchner Bündnis gegen Depression ist ein Verein mit derzeit etwa 100 Mitgliedern aus den verschiedensten Bereichen: Einerseits engagieren sich hier Personen, die sich professionell mit Depressionen beschäftigen, andererseits Betroffene, Angehörige und weitere Interessierte. Sowohl Einzelpersonen als auch Einrichtungen, Vereine oder Kliniken können mitmachen. Auch Arbeitgeber und Krankenkassen interessieren sich für das Thema und fragen bei uns an.

Dr. Hein: Wir verstehen uns als Plattform, auf der sich die verschiedenen Akteure auf Augenhöhe begegnen können. Unser Wunsch ist es, Leute zusammenzubringen und Dinge anzuschieben. Zum Beispiel können hier multiprofessionelle Arbeitskreise entstehen. Oder jemand kommt mit einer Idee und versucht, diese mit anderen umzusetzen.

**MÄA:** Was sind die Ziele des Bündnisses?

Schäfer: Unsere Hauptziele sind, erstens die Versorgung von depressiv erkrankten Menschen in München zu verbessern, und zweitens in der Bevölkerung das Wissen über Depressionen zu vermehren. Daneben leisten wir Lobbyarbeit. Außerdem wollen wir zur Entstigmatisierung der Krankheit Depression, aber auch anderer psychischer Erkrankungen beitragen.

Dr. Hein: Durch das Nürnberger Modellprojekt von 2001/2002, das Nürnberger Bündnis gegen Depression, ist es gelungen, die Zahl der suizidalen Handlungen in Nürnberg signifikant zu senken, um fast 25 Prozent. Das wünschen wir uns natürlich auch für München. Leider können wir

das nicht evaluieren, da wir nicht die gleichen Möglichkeiten wie das Nürnberger Modell haben, das mit Mitteln des Bundes ausgestattet war. Da wir aber den gleichen Ansatz wie die Nürnberger verfolgen, nehmen wir an, dass wir auch in München ähnliche Erfolge erzielen können.

**MÄA:** Wie wird das Münchner Bündnis finanziert?

Dr. Hein: Kurz nach der Vereinsgründung im Mai 2008 hat uns der Stadtrat Mittel für drei Jahre bewilligt. Wir sind jetzt ein Modellprojekt der Landeshauptstadt München mit dem Auftrag, für die Münchner Bürgerinnen und Bürger eine Aufklärungskampagne zum Thema Depression umzusetzen.

**MÄA:** Sie sagten, Sie verfolgen einen ähnlichen Ansatz wie das Nürnberger Modell. Was ist das für ein Ansatz?

Schäfer: Das Nürnberger Modell beruht auf einem Vier-Ebenen-Ansatz: Erstens Kooperation mit der primärärztlichen Versorgung und Schulung der Ärzte durch Fortbildungsveranstaltungen zum Thema Depression; zweitens Information und Aufklärung der breiten Öffentlichkeit durch Kampagnen und Veranstaltungen; drittens Einbindung von Multiplikatoren wie beispielsweise Lehrern, Seelsorgern, Psychotherapeuten, Apothekern und Altenpflegekräften sowie viertens die Förderung von Angeboten im Rahmen der Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige.

**MÄA:** Was möchten Sie am Ende der drei Jahre erreicht haben?

Dr. Hein: Wir möchten mit unserer Kampagne möglichst viele Menschen ansprechen und sensibilisieren. Ein Resultat unserer Arbeit könnte die bessere Vernetzung



*Rita Schäfer, seit 1. Oktober 2008 Geschäftsführerin des Münchner Bündnisses, ist Kommunikationswissenschaftlerin und Seminartrainerin. Von 2002 an war sie bereits in verschiedenen Positionen für das Deutsche Bündnis gegen Depression tätig, zuletzt als Projektleiterin und bis heute als Referentin. Neben ihrer Tätigkeit für das Münchner Bündnis gegen Depression promoviert Rita Schäfer an der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie der Universität Leipzig zum Thema „Suizidberichterstattung in Print-Medien“.*

*Dr. Joachim Hein ist Initiator und Vorstandsvorsitzender des Münchner Bündnisses gegen Depression. Nach seiner medizinischen Tätigkeit an verschiedenen deutschen Universitätskliniken in den Jahren zwischen 1995 und 2002 engagiert sich der Arzt seit 2002 in der Projektarbeit für Bündnisse in der psychosozialen Versorgung. So war Joachim Hein in den vergangenen Jahren beim Bündnis für psychisch erkrankte Menschen (BASTA) und beim Aktionsbündnis für Seelische Gesundheit für Öffentlichkeitsarbeit und Projektmanagement zuständig.*

der vorhandenen Versorgungsangebote sein. Außerdem wollen wir die Zielgruppen identifizieren, die durch die bestehenden Angebote noch nicht optimal erreicht werden, wie etwa Menschen mit Migrationshintergrund.

*MÄA: Auf der ersten Ebene des Nürnberger Modells steht die primärärztliche Versorgung. Wie stellen Sie sich die Kooperation mit den Münchner Ärzten vor?*

Schäfer: Wir möchten die Hausärzte möglichst breit einbinden, da man weiß, dass etwa 60 Prozent der depressiven Patienten als erste Anlaufstelle zum Hausarzt gehen – meist mit körperlichen Symptomen. Wir wollen den Hausärzten Schulungen anbieten und dabei Informationsmaterial vorstellen, das sie an Betroffene und Angehörige weitergeben können. Zudem wollen wir eine bessere Vernetzung zwischen Hausärzten und Fachärzten fördern.

*MÄA: Wie wollen Sie das Wissen in der Bevölkerung zum Thema Depression vermehren? Welche konkreten Aktionen planen Sie?*

Schäfer: Im Herbst starten wir mit unserer Kampagne, die das Thema Depression auf unterschiedlichste Art und Weise transportieren wird. Konkret planen wir: Informationsveranstaltungen für die breite Öffentlichkeit wie die Vortragsreihe „Forum Depression“ in Kooperation mit der Münchner Volkshochschule, die Neuauflage unseres Flyers, in dem die übergeordneten Hilfsangebote in München aufgelistet sind, Flyer in verschiedenen Sprachen für Menschen mit Migrationshintergrund, eine Plakatserie und einen Kinospot. Äußerst hilfreich ist, dass wir Materialien, die deutschlandweit im Bündnis gegen Depression erstellt worden sind, adaptieren und in München verwenden können. Außerdem wird es auf unsere Initiative hin im Herbst eine Woche für Seelische Gesundheit in München geben.

*MÄA: Eine „Woche für Seelische Gesundheit“ gibt in anderen deutschen Städten schon seit ein paar Jahren. In München findet dieses Jahr zum ersten Mal eine solche Woche statt. Was ist das für eine Veranstaltung?*

Dr. Hein: Unsere Idee ist, mit dieser Woche eine Art „Nabelschau“ der psychosozialen Versorgung in München zu veranstalten. Anlass ist der World Mental Health Day, der 10. Oktober.

Schäfer: Das Münchner Bündnis gegen Depression plant zusammen mit 30 weiteren

Einrichtungen und Vereinen den Rahmen und zentrale Veranstaltungen. Wir bauen in dieser Woche stark auf die Initiative und die aktive Beteiligung vieler. Für die Außenwahrnehmung ist es uns wichtig, dass man sieht, dass es in München ein vielfältiges Angebot gibt – nicht nur zum Thema Depression. Wir wollen mit dieser Woche die Aufmerksamkeit auch auf andere psychische Krankheiten richten. Die psychosoziale Versorgung soll sich als Community darstellen, in der die einzelnen Erkrankungen nicht gegeneinander abgegrenzt oder ausgespielt werden.

*MÄA: Steht das vollständige Programm für diese Woche schon fest?*

Dr. Hein: Nein. Wir sind noch in der Planungsphase. Alle Interessierten sind aufgerufen, Veranstaltungen alleine oder mit anderen zusammen anzubieten, um ihr Angebot bzw. das Thema seelische Gesundheit darzustellen. Wir setzen darauf, dass viele diese Woche nutzen werden, auch um sich selbst bekannt zu machen. Voraussichtlich wird es an die 100 Veranstaltungen in München geben. Derzeit entsteht eine Internet-Seite, die ab Mai unter der Adresse [www.woche-seelische-gesundheit.de](http://www.woche-seelische-gesundheit.de) zu finden ist. Sobald diese Homepage steht, kann jeder, der mitmachen möchte, über diese Seite eine Veranstaltung eingeben.

Schäfer: So kann dieser Veranstaltungskalender über die nächsten Wochen hinweg wachsen, bis wir ihn dann im Sommer als Broschüre in Druck geben. Auch nach Redaktionsschluss für die Print-Ausgabe besteht die Möglichkeit, Veranstaltungen online anzumelden.

*MÄA: Welche Art von Veranstaltungen erwarten Sie?*

Schäfer: Diese Woche soll dazu dienen, das Thema seelische Gesundheit in den Fokus der öffentlichen Wahrnehmung zu rücken. Es gibt verschiedene Wege, sich damit auseinanderzusetzen – das kann ein Tag der offenen Tür sein, ein Gruppen- oder ein Gesprächsangebot, ein künstlerischer Weg oder ein Mitmach-Angebot. Auch Veranstaltungen mit „Event-Charakter“ wie beispielsweise Modenschauen, Konzerte, Sport und Ausstellungen sind vor-

gesehen. Die Woche wird mit einer Auftaktveranstaltung im Münchner Rathaus am 5. Oktober eröffnet.

*MÄA: Wer finanziert die Woche?*

Dr. Hein: Wir haben dafür Mittel bei der Landeshauptstadt München und dem Bezirk Oberbayern beantragt. Darüber hinaus sind wir auf der Suche nach Partnern und Sponsoren wie z.B. Krankenkassen und Rentenversicherungen, aber auch Unternehmen, die sich über das Internetportal bzw. den Veranstaltungskalender zum Thema seelische Gesundheit bekennen möchten. Schließlich verursachen psychische Erkrankungen neben dem persönlichen Leid auch hohe betriebswirtschaftliche Kosten.

*MÄA: Ist die Woche für Seelische Gesundheit eine einmalige Aktion oder planen Sie eine Wiederholung in den kommenden Jahren?*

Dr. Hein: Die Woche für Seelische Gesundheit soll in Zukunft jedes Jahr stattfinden. Es gibt großes Interesse vom Bezirk Oberbayern, die Woche auf den gesamten Regierungsbezirk auszudehnen. Schon jetzt gibt es eine solche Öffnung: Die Veranstalter müssen nicht aus München-Stadt sein, sondern können auch aus dem Umland kommen.

*Mit Rita Schäfer und Dr. Joachim Heins sprach Dr. phil. Caroline Mayer*

Informationen zum Münchner Bündnis gegen Depression e.V. gibt es im Internet unter [www.buendnis-depression.de/muenchen](http://www.buendnis-depression.de/muenchen). Wer sich für eine Mitgliedschaft interessiert, findet Satzung und Antragsformulare online in der Rubrik „Verein und Mitgliedschaft“.

Kontakt:  
Münchner Bündnis gegen Depression e.V.  
Telefon: 089 / 54 04 51 20  
Fax: 089 / 54 04 51 22  
E-Mail: [muenchen@buendnis-depression.de](mailto:muenchen@buendnis-depression.de)