



<https://blz.li/3o5u>

NEUE SELBSTHILFEGRUPPE FÜR MENSCHEN MIT DEPRESSIONEN IN BURGWEDEL

Veröffentlicht am 19.03.2024 um 11:23 von Redaktion AltkreisBlitz

Die Depri-Helden sind eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depressionen und ihre Angehörigen. Seit Mai 2023 treffen sie sich regelmäßig in der Wedemark. Inzwischen ist ein Verein entstanden, der sich um Belange der Selbsthilfe ebenso bemüht wie um die Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit rund um die Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen.

Durch das steigende Interesse auch aus Burgwedel soll es nun auch hier eine neue Selbsthilfegruppe geben. Gründer und Vereinsvorsitzender Karsten Hölscher lädt persönlich zu einem Infoabend und ersten Kennenlertreffen am Donnerstag, 4. April 2024, um 18:30 Uhr in die Seniorenbegegnungsstätte (SBS), Gartenstraße 10 in Großburgwedel, ein.



Die Depri-Helden an ihrem Stand auf der TabuThemenMesse im März. / Foto: Depri-Helden e.V.

"Unsere Erfahrung zeigt, wie hilfreich und wichtig der Austausch mit Gleichgesinnten ist", berichtet Hölscher. Teilnehmer:innen der Gruppentreffen urteilen nicht, sondern begegnen sich auf Augenhöhe, Vorurteile gebe es nicht.

Der Verein Depri-Helden war auch Mitinitiator der ersten TabuThemenMesse, die Anfang März in Mellendorf stattfand. "Der Zuspruch war großartig, allein für die Depri-Helden haben sich so viele Menschen interessiert, dass nicht nur in Burgwedel eine neue Gruppe entstehen soll, sondern auch in der Wedemark eine zweite Gruppe, weitere - etwa für Senioren oder Jugendliche - sind darüber hinaus in Planung", teilt der Verein mit.

"Depressionen sind schambehaftet, aber dafür gibt es gar keinen Grund", ermutigt Hölscher, denn wer über seine Depression spricht, der gehe schon den ersten, wichtigen Schritt. Vor diesem Hintergrund hofft der Initiator auf eine rege Teilnahme. Wer möchte, kann sich im Vorfeld per Mail an kontakt@depri-helden.de anmelden, aber auch Spontanteilnahmen sind willkommen.