Stockerau, 01.10. 2018

**„Best-practice Niederösterreich: 10 Jahre Bündnis gegen Depression“**

Wer spricht schon gerne darüber? Energielosigkeit, Freudlosigkeit, beklemmende Gefühle – schnell und oft unerwartet kann psychisches Wohlbefinden ins Wanken geraten.

Die Betroffenheit ist groß: In der Gesundheitsbefragung der Statistik Austria 2014 berichteten 8 % (rund 111 000) der befragten NiederösterreicherInnen von einer depressiven Erkrankung innerhalb der letzten 12 Monaten, 5,7% erhielten eine entsprechende Diagnose von einem/einer ÄrztIn. Dabei ist der Anteil der Erkrankten im Alter von 45-65 Jahren und regional betrachtet im Waldviertel am höchsten. Frauen erkranken häufiger an Depressionen als Männer.

Rund 12 000 NiederösterreicherInnen werden pro Jahr aufgrund einer psychiatrischen Diagnose akut- oder teilstationär behandelt. Insgesamt finden 2450 Unterbringungen ohne Verlangen statt. Etwa 250 Menschen begehen in NÖ Suizid, drei Viertel davon sind Männer[[1]](#footnote-1).

Trotz der weiten Verbreitung werden psychische Erkrankungen immer noch tabuisiert, die betroffenen Personen leiden im Verborgenen und finden viel zu spät Unterstützung. Deshalb hat es sich das NÖ Bündnis gegen Depression zur Aufgabe gemacht, genau darüber zu reden. Denn: „Depression kann jede/n treffen, hat viele Gesichter und ist gut behandelbar". Diese Botschaften zu verbreiten, die Diagnose und Behandlung depressiv erkrankter Menschen zu verbessern, eine Veränderung des Bewusstseins in der Öffentlichkeit und Fachwelt gegenüber dieser häufigen und ernsthaften Erkrankung zu erreichen und dadurch die Stigmatisierung von Betroffenen zu vermindern, ist das Ziel des Bündnisses. Dabei, so Wolfgang Grill (fachlicher Leitung des Bündnisses der PSZ), geht es auch darum, präventiv im Hinblick auf die Begleitsymptomatik bei schwerer Depression, wie zum Beispiel Angsterkrankungen oder Suizidalität tätig zu sein.

Das Bündnis gegen Depression in NÖ, das sind die Projektpartnerinnen Caritas St. Pölten und Psychosoziale Zentren GmbH (PSZ), die mit Unterstützung der HSSG (Hilfe zur Selbsthilfe für Seelische Gesundheit) und der HPE (Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter), regionale und öffentlichkeitswirksame Aktivitäten durchführen. Und die Abteilung für Gesundheitsvorsorge des NÖ Gesundheits- und Sozialfonds, welche die entsprechenden Fördermittel zur Verfügung stellt. Das Bündnis NÖ ist zudem Teil eines gesamtösterreichischen und internationalen Netzwerkes [www.buendnis-depression.at](http://www.buendnis-depression.at).

In 10 Jahren Projekttätigkeit kann das Bündnis NÖ auf 1119 Veranstaltungen und 34971 erreichte Personen verweisen, darunter SchülerInnen, allgemeine Bevölkerung, AllgemeinmedizinerInnen und MultiplikatorInnen (PädagogInnen, MitarbeiterInnen sozialer und Gesundheits-Einrichtungen, Polizei, JustizbeamtInnen, SeelsorgerInnen usw.). Auch für Angehörige und erkrankte Personen stellen die Vorträge des Bündnisses eine wichtige Informationsquelle dar, so Frau Johanna Toifl, Angehörige und Leiterin einer Angehörigengruppe : „Es gibt sonst kaum Gelegenheiten, wo wir zu verständlichen Informationen kommen, wir an kompetente Vortragende auch Fragen stellen können, uns austauschen und uns mit unseren Problemen angenommen fühlen. Angehörige brauchen ja oft Jahre, um alle Zusammenhänge, auch die gesetzlichen, zu verstehen“.

Zu den üblichen Kurzvorträgen in allen Bezirken NÖ veranstaltet das Bündnis auch Tagesseminare und Workshops, Fachtagungen (z.B. zum Thema Depression, Suizidalität, Kinder psychisch kranker Eltern, Angsterkrankungen und psychischen Belastungen in der Pflege), Straßentheateraktionen, Kinofilme mit Publikumsgespräch, Lesungen und betreuen Informationsstände. Im Rahmen des Bündnisses wurden von Betroffenen 52 Radiosendungen produziert und ein Buch mit Erfahrungen von Betroffenen „Einblicke, Ausblicke, Lichtblicke“ erstellt. “ „Ein Werk, das beim Lesen das Erleben der Betroffenen spürbar macht“ so Irina Taschler, fachliche Leiterin des Bündnisses der Caritas.

Für die Koordinatorin des österreichischen Bündnisses und Vertreterin im europäischen Bündnis, Frau Angela Ibelshäuser, hat das Bündnis NÖ Vorbildwirkung, „vor allem im Hinblick auf die konsequente Einbindung von Betroffenen und Angehörigen in die Aktivitäten. Zudem setzt NÖ im Vergleich zu den anderen österreichischen Bundesländern die meisten Initiativen und zählt auch im europäischen Bündnis zu den aktivsten“.

Für die engagierte, erfolgreiche und gemeinsam mit Betroffenen und Angehörigen angelegte Umsetzung des EAAD-Ansatzes wurde das Bündnis NÖ in den Mental Health Compass der EU Kommission als Beispiel für besonders gelungene Umsetzung von Projekten zur Förderung der psychischen Gesundheit aufgenommen.[[2]](#footnote-2)

Über die Einbindung von Betroffenen freut sich Johann Bauer, langjähriger Mitwirkender und Obmann der HSSG (Hilfe zur Selbsthilfe seelische Gesundheit): „Bei Projekten, wie dem Bündnis gegen Depression können Betroffene sich engagieren, mitmachen, dazulernen, Horizonte erweitern und positive Erfahrungen machen. Das hat zu meiner Genesung beitragen, da habe ich gesehen, ich bin ja doch nicht wertlos und zu etwas zu gebrauchen“.

Die jährliche Befragung der BesucherInnen der Veranstaltungen zeigen ausgesprochen positive Bewertungen für unsere Aktivitäten: Jeweils um die 90 % der Befragten sind „sehr zufrieden“ bzw. „eher zufrieden“ mit der Veranstaltung. Durchgängig ausgezeichnete Beurteilungen gibt es sowohl für die verständlichen Vorträge, die gute Planung und die nützlichen wie interessanten Inhalte. Bei um die 90 % der Befragten erreichet das Bündnis eine Erhöhung des Wissen über Depression, mehr Verständnis für betroffene Personen sowie mehr Kompetenz im Umgang mit Betroffenen.

**Alle aktuellen Termine, Links und Adressen finden Sie unter:**

[**http://www.buendnis-depression.at/in-Niederoesterreich.343.0.html**](http://www.buendnis-depression.at/in-Niederoesterreich.343.0.html)

1. GÖG/ÖBIG 2017, Niederösterreichischer Gesundheitsbericht 2016, Seite 32 [↑](#footnote-ref-1)
2. <https://webgate.ec.europa.eu/sanco_mental_health/public/GOOD_PRACTICE/241/show.html> [↑](#footnote-ref-2)