

## **Neue Selbsthilfegruppe Depression Winterberg-Siedlinghausen**

Auftaktveranstaltung mit Fachvortrag am 08. November

Jeder kennt Zeiten im Leben, in denen man sich „deprimiert“ fühlt. Das Wetter ist schlecht, im Job läuft es nicht rund oder private Enttäuschungen geben einem das Gefühl, dass alles nur noch grau erscheint und es nichts gibt, worauf man sich freuen kann.

Doch diese vorübergehende Niedergeschlagenheit ist etwas völlig anderes, als eine Depression im medizinischen Sinne. Hierbei handelt es sich um eine ernsthafte Erkrankung, deren Symptome das Fühlen, Denken und Handeln beeinflussen und sogar körperliche Beeinträchtigungen hervorrufen können. Die Betroffenen können sich meist nicht selbst aus dieser Schleife von negativen Gedanken, Antriebslosigkeit und Niedergeschlagenheit befreien.

In Winterberg-Siedlinghausen hat sich nun eine Selbsthilfegruppe zum Thema Depression gegründet.

Am 08. November bietet die Gruppe ab 19:30 Uhr einen offenen Vortrag über Depressionen in der Verbundschule Siedlinghausen, Senge-Platten-Str. 10, an. Als Referentin konnte Vanessa Freitag von der LWL Tagesklinik in Schmallenberg-Bad Fredeburg gewonnen werden.

Betroffene, Angehörige und Interessierte sind willkommen.

Eine weitere Angehörigengruppe ist in Planung.

Kontakt und weitere Informationen erhalten Sie über Dennis van der Biest, Tel.: 02981 3065 und die AKIS im HSK, Mail: [selbsthilfe@arnsberg.de](mailto:selbsthilfe@arnsberg.de) oder Tel.: 02932 201-2270.

Foto: Depression.jpg

