



Jeder von uns kann betroffen sein.

Es gibt Situationen, in denen kommen wir alleine nicht weiter. Dann ist es gut zu wissen, an wen wir uns wenden können.

Scheuen Sie sich bitte nicht, Hilfe in Anspruch zu nehmen!

Informationen und Hilfemöglichkeiten finden Sie auch auf unserer Homepage.

www.tabusuizid.de

Spendenkonto

Initiative Tabu Suizid e.V.
Stadtsparkasse Düsseldorf
IBAN DE32300501101005683998
BIC DUSSEDDXXX

Die Initiative Tabu Suizid e.V. ist ein mildtätiger Verein und berechtigt, für Spenden und Mitgliedsbeiträge Zuwendungsbescheinigungen auszustellen.

Hinweise auf weitere Veranstaltungen:

Sonntag den 15.09.19

10.30 Uhr

„Gottesdienst zum Weltsuizidpräventionstag“

in der Kreuzkirche Collenbachstr. 10,
40476 Düsseldorf

Mit anschließender Möglichkeit zum Gespräch mit Mitgliedern der Initiative Tabu Suizid e. V.

15.00 Uhr

„Den Toten aus dem Rhein zum Gedenken“

Referenten Dr. Dieter Sawalies
und Renate Reichmann-Schmidt

Rundgang über dem Golzheimer Friedhof mit Besuch des Patenschaftsgrabs der Initiative Tabu Suizid e. V.

Treffpunkt: Künstler-Atelierhaus, (südlicher Friedhofsteil)
Sittarderstraße



Veranstaltungsort:

Bürgersaal des Bürgerzentrums Bilk
an den Bilker Arcaden
Bachstraße 145
40217 Düsseldorf

Der Veranstaltungsort ist barrierefrei!
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Eintritt frei. Wir erbitten eine Spende.
Vielen Dank!

Wir danken

für die finanzielle Unterstützung:



AOK Rheinland/Hamburg



Bezirksvertretung 3
Düsseldorf

für die persönliche und fachliche Begleitung:

Prof.asoc. Dr. Dieter Sawalies

Schirmherrschaft:

Marko Siegesmund
Bezirksbürgermeister BV 3 Düsseldorf



Veranstalter: Initiative Tabu Suizid e.V.

Kontakt: Renate Reichmann-Schmidt

Telefon: 0211 - 5 83 73 72

Mobil: 0173 - 5 37 89 67

E-Mail: tabusuizid@arcor.de

www.tabusuizid.de

WENN DIE PSYCHE ERKRANKT

11. THEMENTAG

14. September 2019 ■ 13.00–19.00 Uhr



LEBENSKRISEN



13.00 Uhr

Grußwort

Prof. Dr. Andreas Meyer-Falcke

Beigeordneter für Personal und Gesundheit

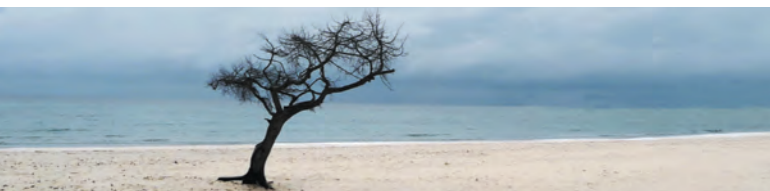


Das Thema Suizid wird oft noch als Tabu-Thema angesehen. Dabei ist es so wichtig darüber zu sprechen. Ich bin sehr froh, dass es die Initiative Tabu Suizid e.V. in Düsseldorf gibt, die sich seit über 10 Jahren ehrenamtlich nicht nur um Menschen kümmert, die von Suizid bedroht sind und ihnen Hilfe und Unterstützung aufzeigt, um ihre persönliche Krise zu überwinden.

Die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer setzen sich auch sehr für die Enttabuisierung dieses Themas ein. Sie engagieren sich für einen offenen und bewussten Umgang in der Bevölkerung. Sie kümmern sich auch um die Interessen der Angehörigen und helfen ihnen bei der Bewältigung ihrer Trauer.

Bereits zum 11. Mal veranstaltet die Initiative Tabu Suizid e.V. einen Thementag. Dieser findet seit 2009 rund um den Weltsuizidpräventionstag am 10. September statt. Dieser wurde 2003 von der Weltgesundheitsorganisation und der international Association for Suicide Prevention (IASP) ins Leben gerufen. Seit 2009 hat sich diese Veranstaltung immer weiter entwickelt.

Ich möchte die Gelegenheit nutzen, mich persönlich bei allen Helferinnen und Helfern für ihr hohes Engagement und die tolle Arbeit zu bedanken. Ich wünsche mir, dass durch Ihren Einsatz das Thema Suizid bald kein Tabu-Thema mehr sein muss.



Eröffnung

Schirmherr Marko Siegesmund

Bezirksbürgermeister
der BV 3 Düsseldorf



Renate Reichmann-Schmidt

1. Vorsitzende der Initiative
Tabu Suizid e.V.



Einführung in und Führung durch den Tag

„Tabu ist etwas, das man verschweigt. Und so gewinnt das Unausgesprochene Macht über uns. Wenn wir es zur Sprache bringen können, geschieht vielleicht das Gegenteil, es verliert an seiner lebensbedrohlichen Gewalt.“

Aus diesem Anlass möchten wir Sie hiermit herzlich zu unserem diesjährigen Thementag einladen und freuen uns mit Ihnen gemeinsam interessante Vorträge zu hören und in regem Austausch mit den ReferentenInnen zu treten.

13.30 Uhr

Medikamente bei psychischen Erkrankungen

Univ.-Prof. Dr. med. Eva Meisenzahl,

Inhaberin des Lehrstuhls für Psychiatrie und Psychotherapie an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf und ärztliche Direktorin des LVR-Klinikums Düsseldorf

Bei psychiatrischen Störungen sind Medikamente, so genannte Psychopharmaka, häufig Teil eines Gesamtbehandlungsplans. Nicht selten machen sie eine Psychotherapie erst möglich und erlauben eine ambulante Behandlung.



Je nach Störungsbild und Schweregrad der Symptomausprägung werden diese nach sorgfältiger Abwägung des individuellen Nutzens und der möglichen Nebenwirkungen eingesetzt. Psychopharmaka beeinflussen bestimmte Stoffwechselläufe im Gehirn und bewirken dadurch eine Verbesserung von psychiatrischen Symptomen.

Zu unterscheiden sind 7 Substanzgruppen mit unterschiedlichen Wirkorten und -mechanismen im Gehirn und einem entsprechend unterschiedlichen Nebenwirkungsprofil. Beispielsweise führen Antidepressiva entgegen einer weit verbreiteten Befürchtung nicht zur Abhängigkeit.

Der Vortrag bietet einen Überblick über die Einsatzgebiete der verschiedenen Substanzgruppen, deren positive Wirkung, mögliche Nebenwirkungen und erklärt die Herausforderung, im Einzelfall das passende Medikament zu finden.

14.45 Uhr

Schreiben heißt, sich selbst zu lesen

Dipl. Rel.päd. Rüdiger Kreß, Supervisor,
Ausbilder und stellv. Leiter der Telefon Seelsorge
Düsseldorf.



„Mir geht’s sehr schlecht wieder. Ich hab nie gelernt über Probleme zu sprechen und ich schaffe es nicht, mich zu öffnen. Ich habe mir überlegt heute Abend das Leben zu nehmen.“ Solche und andere Gedanken erreichen uns bei der Telefon Seelsorge zunehmend häufig per Mail und Chat.

Warum wohl, bevorzugen viele Menschen mit suizidalen Gedanken und Absichten die „stummen“ Medien, statt ein anonymes Telefonat oder ein persönliches Gespräch in einer Beratungsstelle zu suchen?

Was lernen wir daraus für die Beratung?
Darüber möchte ich mit Ihnen reden.

15.30 Uhr

Vorstellung der Selbsthilfe und Beratungsstelle für Borderliner und Angehörige



Katharina Klinkhammer, Geschäftsführung,
Milan Weyers, stellv. Geschäftsführung

Seit 2011 engagieren wir uns in Düsseldorf und bundesweit für Borderline-Betroffene und deren Angehörige. Neben dem Angebot von Selbsthilfegruppen vor Ort und virtuell und einer Aktivgruppe, werden Betroffene auch bei der Therapieplatzsuche sowie dem Aufbau eines Helfernetzes unterstützt. Beratungen werden per E-Mail, Telefon, Chat oder persönlich vor Ort angeboten. Für Fachpersonal aus dem Sozial- und Gesundheitssektor bieten wir Schulungen an und es gibt Unterrichtseinheiten für Berufsschulen im Bezug auf Entstehung, Auswirkung und Behandlung der Borderline-Störung.

16.30 Uhr

Die Depression hat mich bestimmt. Jetzt bin ICH dran. Vielleicht.

Lesung von Markus Bock

Markus Bock spricht über das, was viele nur denken können:

Wie fühlen sich Depressionen und Suizidgedanken an? Was passiert bei einer Therapie und im persönlichen Umfeld?

Es geht nicht um Zahlen, Daten, Fakten, Medikamente. In „Die Depression hat mich bestimmt. Jetzt bin ich dran. Vielleicht ...“ geht es um einen ungeschönten Blick auf die Gefühlswelt in depressiven Lebensabschnitten und deren Auswirkungen.

Die Lesung ist kein Ratgeber, sondern ein verständnisvoller Tatsachenbericht, in dem er die Frage beantwortet, ob Depressionen nicht sogar eine Chance sein können.

Anschließende Diskussionsmöglichkeit



Ende der Veranstaltung 19.00 Uhr