

Gib Depressionen ein Gesicht

Ein Projekt von DIRK LUDWIG fotografie

Hast DU HEUTE
schon etwas unternommen?
Eine halbe Stunde Aktivität tut
Deinem Körper und
Deiner Seele gut!

MUT-MACH-KARTE



Von Dirk Ludwig

Ich habe ein Ziel: Depressionen als Krankheit bekannter zu machen. Mehr Verständnis für Betroffene in der Bevölkerung zu erreichen, indem durch emotionale Bilder und Worte Botschaften transportiert werden, wie sich ein depressiver Mensch fühlt. Betroffenen Mut zuzusprechen, zu Ihrer Krankheit offen zu stehen. Die Krankheit aus der – nach wie vor teilweise bestehenden – Tabuzone heraus zu bekommen. An diesem Projekt wirken sowohl betroffene Personen als auch nicht von der Krankheit betroffene Personen mit. Wer, wer ist, erfährt von mir keiner!

Das Projekt ist eine private Initiative, die nach bestem Wissen und Gewissen, durchgeführt wird. Sie ersetzt natürlich nicht eine eventuell erforderliche Therapie durch entsprechend geschulte Personen.

Projektbeginn war im März 2016. Die Verbreitung des Projektes erfolgt zunächst über die sozialen Medien, insbesondere über facebook.

Über die facebook-Seite:

<https://www.facebook.com/gibdepressioneneingesicht/?fref=ts>

mit zurzeit ca. 1000 Followern wird durch emotionale Bilder und berührende Worte versucht, ein Verständnis für depressive Menschen und deren Gefühle zu erreichen.

Darüber hinaus gibt es eine Online-Selbsthilfegruppe des Projektes „Gib Depressionen ein Gesicht“ für depressive Menschen sowie Angehörige und Freunde auf facebook:

<https://www.facebook.com/groups/690561464418519/?fref=ts>

mit z.Zt. ca. 400 Mitgliedern.

Das Projekt verfügt auch schon über einen Youtube-Kanal: <https://www.youtube.com/watch?v=mo9L7mGSmnk>, auf dem zum einen virtuelle „Tagebücher“ eines fiktiven depressiven Menschen gepostet werden und der Videoclip von Timmi, dem Teddybären als Maskottchen des Projektes gezeigt wird, der seine Reise durch das Internet antritt, um Depressionen als Krankheit bekannter zu machen.

Zu gegebener Zeit wird evtl. noch eine eigene Website folgen. Darüber hinaus sind bereits mit zwei Autorinnen Buchveröffentlichungen in Vorbereitung. Sowohl ein Gedichtband als auch ein Buch über Burnout. Hiermit verbunden sind Lesungen und Fotoausstellungen. Erste Kontakte zu wichtigen Institutionen bzw. Multiplikatoren sind vorhanden.

Nach dem inzwischen die organisatorischen Voraussetzungen für das Projekt geschaffen wurden, soll jetzt eine öffentlich-

