

16.30 Uhr

## Hin zum Leben mit positiver Psychiatrie-Erfahrung

Andreas Kernchen, Peer-Berater, Mutmacher, Psychiatrie-Erfahrener



Das eigene Leben kann Steine und Stöckchen, aber auch massive Hindernisse in den Weg legen, eine Schatz- aber auch eine Schrottkiste sein. Interessant sind Lebens-Fragmente in jedem Falle. Ein Leben an und auf der Baustelle seines Lebens hat Andreas Kernchen (52 Jahre) in seinen Erkundungen weit geschickt, bis er dort ankam, wo er nun ist. Auf eine spannende Reise durch diese „ups and downs“ nimmt er Sie gerne mit.

17.15 Uhr

2. Musikalischer Beitrag: Brüder Rode

**Titel: la vida sigue/Weg zum Glück**

17.30 Uhr – 18.30 Uhr

## Depression abzugeben – Erfahrungen aus der Klapse

Lesung von Uwe Hauck



Der 5. Februar 2015 markiert einen Wendepunkt im Leben von Uwe Hauck (49). An diesem Tag will er sich das Leben nehmen. Der Versuch misslingt glücklicherweise, die Diagnose lautet: Schwere Angststörung und schwere, wiederkehrende Depressionen. Mit dieser Diagnose und dem Wunsch, nie wieder in Lebensgefahr zu geraten beginnt für Hauck eine Odyssee durch drei psychiatrische Kliniken und der Weg zurück ins Leben. Gestützt von seiner Familie erarbeitet sich Uwe Hauck Wege und Mittel, seine beiden Begleiter Angststörung und Depression in den Griff zu bekommen. Er lernt interessante Mitpatienten, teils schräge Therapien und erschütternde Schicksale kennen. Er spürt, dass der offene Umgang mit seiner Erkrankung für ihn die beste Therapie ist.

Über diese Zeit entstand das Buch „Depression abzugeben“, das im Verlag Bastei Lübbe Anfang 2017 erschienen ist.

In einer Mischung aus freier Erzählung und Auszügen aus dem Buch stellt Uwe Hauck sein Buch und seine Geschichte vor.



### 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](http://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.

### Veranstaltungsort:

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

Der Veranstaltungsort ist barrierefrei!

Eintritt frei. Wir erbiten eine Spende. Vielen Dank!

**Hinweis:** Der diesjährige Gottesdienst zum Welt-Suizid-Präventionstag findet am Sonntag den, 10.09.17 um 10.00 Uhr in der Johanneskirche Stadtkirche Düsseldorf, Martin-Luther-Platz 39, in 40212 Düsseldorf statt.

### Wir danken

für die finanzielle Unterstützung:



Bezirksvertretung 3 Düsseldorf



AOK Rheinland/Hamburg

für die persönliche und fachliche Begleitung:

Prof.asoc. Dr. Dieter Sawalies

### Schirmherrschaft:

Walter Schmidt

Bezirksbürgermeister BV 3 Düsseldorf



**Veranstalter:** Initiative Tabu Suizid e.V.

**Kontakt:** Renate Reichmann-Schmidt

**Telefon:** 0211 - 583 73 72

**Mobil:** 0173 - 537 89 67

**E-Mail:** [tabusuizid@arcor.de](mailto:tabusuizid@arcor.de)

[www.tabusuizid.de](http://www.tabusuizid.de)

# WENN DIE PSYCHE ERKRANKT

## 9. THEMENTAG

16. September 2017 ■ 13.00 – 19.00 Uhr



# LEBENSKRISEN



**13.00 Uhr**

## Grußwort

**Klaudia Zepuntke**

Bürgermeisterin der Stadt Düsseldorf



Die Initiative Tabu Suizid e.V. trägt wesentlich dazu bei, Hilfsangebote für Menschen in suicidalen Krisen bekannt zu machen. Sie ermutigt Menschen, diese Angebote in Anspruch zu nehmen und unterstützt Angehörige oder Bezugspersonen, die von Suizid betroffen sind durch eine Selbsthilfegruppe.

Dies und vieles mehr, beispielsweise die jährlichen Thementage oder die Referate und Informationen für Notfallhelfer, Klinikpersonal und weitere, geschieht in erster Linie ehrenamtlich und für dieses herausragende bürgerschaftliche Engagement möchte ich mich auch im Namen der Landeshauptstadt recht herzlich bedanken.

## Eröffnung

**Schirmherr Walter Schmidt**

Bezirksbürgermeister der BV 3 Düsseldorf



Der Suizid ist immer das Ergebnis einer als ausweglos empfundenen Situation und wird von den Betroffenen oft als einziges verfolgungswürdiges Ziel betrachtet, wenn das Leben sinnlos erscheint und das Leid zu groß ist.

Und gerade beim Suizid oder Suizidversuch, der seine Ursache in einer Depression hat, führen gefühlte Auswegs-, Hoffnungs- und Sinnlosigkeit und die damit verbundene Unfähigkeit, auf andere zuzugehen, zur Isolation von den Angehörigen, Freunden und Kollegen. Diese erkennen die Bedrohung oft nicht oder sind völlig überfordert.

Deshalb ist die Initiative Tabu Suizid e.V. so unverzichtbar. Sie enttabuisiert die „Depression“ und den „Suizid“ und bringt sie ins öffentliche Bewusstsein. Die Initiative hilft den von Suizid bedrohten Menschen, klärt auf und unterstützt Angehörige und Hinterbliebene.

Meinen allerhöchsten Respekt vor dieser schweren, ehrenamtlichen Aufgabe und weiterhin viel Erfolg.

**Renate Reichmann-Schmidt**

1. Vorsitzende der Initiative  
Tabu Suizid e.V.

Einführung in und Führung durch den Tag



**13.30 Uhr**

## Begräbnis von „Selbstmördern“ und am Rhein angelandeten, unbekanntem Toten in Düsseldorf

**Prof. Dr. Dieter Sawalies**

Keine Suizidmethode ist derart emotional besetzt wie der „Wassertod“. Durch alle Kulturen und Zeiten hindurch gingen Menschen in ihrer Not ins Wasser, haben andere Menschen ihre Leichname gefunden, sie begraben oder auch nicht, wurden sie verachtet oder bewundert, waren oder wurden sie Opfer oder Täter.

Was geschah in Düsseldorf mit den am Rhein angelandeten, unbekanntem Toten? Wurden sie „verscharrt“ oder gab es ein Begräbnisrecht in der Stadt und wo wurden diese dann beerdigt?

Es wird ein Überblick gegeben über das Begräbnisrecht in Düsseldorf von der frühen Neuzeit, über die Zeit der Aufklärung und über die Rolle des Golzheimer Friedhofs im 19. Jahrhundert und es werden Ergebnisse einer Recherche-Arbeit im Begräbnisregister ab 1859 vorgetragen.

Abschließend wird eine Initiative des Vereins vorgestellt, für einen Gedenkstein für „Selbstmörder“ und am Rhein angelandete, unbekanntete Tote in Düsseldorf.



**14.00 Uhr – 14.45 Uhr**

## Medikamente bei psychischen Erkrankungen

**Dr. med. Tanja Kober**

Es wird ein Überblick über die verschiedenen Gruppen von Psychopharmaka erarbeitet und unterschiedliche damit verbundene Fragen: Erkrankung und Medikament – stimmt die Indikation? Was sollte man über die Wirkung und Wirksamkeit wissen? Welche typischen Nebenwirkungen gibt es? Wie ist das Thema Suizidalität als potentielle „Nebenwirkung“ zu bewerten? Wie ist das Suchtpotential von Psychopharmaka zu beurteilen?

Mit jeder einzelnen Frage könnte man schon den ganzen Vortrag füllen, daher wird es nicht um eine detaillierte Darstellung der einzelnen Aspekte in ihrer gesamten Tiefe gehen, sondern um einen allgemeinen und hoffentlich interaktiven Überblick über die wichtigsten Mechanismen.

**14.45 Uhr – 15.30 Uhr**

## Depression oder Demenz?

**Prof. Dr. med. Tillman Supprian**



Die Angst vor einer Demenzerkrankung ist verbunden mit der Vorstellung, seine Kontrolle über wichtige geistige Funktionen zu verlieren, sich nicht mehr orientieren zu können, sich nicht mehr an wichtige Dinge erinnern zu können und hilflos zu werden. Eine Demenzerkrankung beginnt schleichend, wird zu Beginn oft nicht gleich erkannt und lässt sich trotz verbesserter Behandlungsmöglichkeiten bis heute nicht ursächlich behandeln.

Im Gegensatz dazu ist eine Depression eine psychische Erkrankung, die sich ursächlich gut behandeln lässt. Sie ist weder eine fortschreitende (chronische) Erkrankung noch führt sie zur Hilflosigkeit. Es gibt aber auch bei einigen Depressionen Gedächtnisstörungen sowie Konzentrations- und Denkstörungen. Deshalb kann mitunter die Unterscheidung einer Depression von einer Demenz schwierig sein.

Im Vortrag werden die beiden Erkrankungen kurz vorgestellt und wichtige Unterscheidungsmerkmale sowie die unterschiedlichen Behandlungsstrategien erläutert.

**15.30 Uhr – 16.15 Uhr**

## Gibt es einen Ausweg und einen Schutz vor Stress und Depression?

**Dr. med. Collin Blume**



Die wissenschaftlichen Untersuchungen sind sehr eindeutig in der Richtung, wie unser Gehirn Gefühle entstehen lässt. Es folgen hieraus auch therapeutische Ansätze, wie sich diese Hirnfunktionen zur Linderung von Depressionen einsetzen lassen. Es sollen diese Mechanismen und die daraus folgenden Möglichkeiten aufgezeigt werden, dies umzusetzen.

Besonders interessant ist dabei, dass so Unabhängigkeit von äußeren Umständen und Ereignissen entsteht. Wenn man so möchte: Mehr Freiheiten.

**Beiträge von Betroffenen:**

**16.15 Uhr**

**1. Musikalischer Beitrag: Brüder Rode**

**Titel: Hinterbliebener / Mann über Bord**

Die beiden aus Lüdenscheid stammenden Brüder Moritz und Jonas Rode sind in der Hip-Hop-Szene als AMMOeinser und Kontrast bekannt. In ihrer Musik befassen sie sich unter anderem mit dem Suizid ihres Vaters.

Ihnen hat es geholfen, über die Musik auszudrücken, was ein solches Erlebnis mit den Hinterbliebenen macht, dass es möglich ist, dieses Trauma zu bewältigen und daran zu wachsen.

