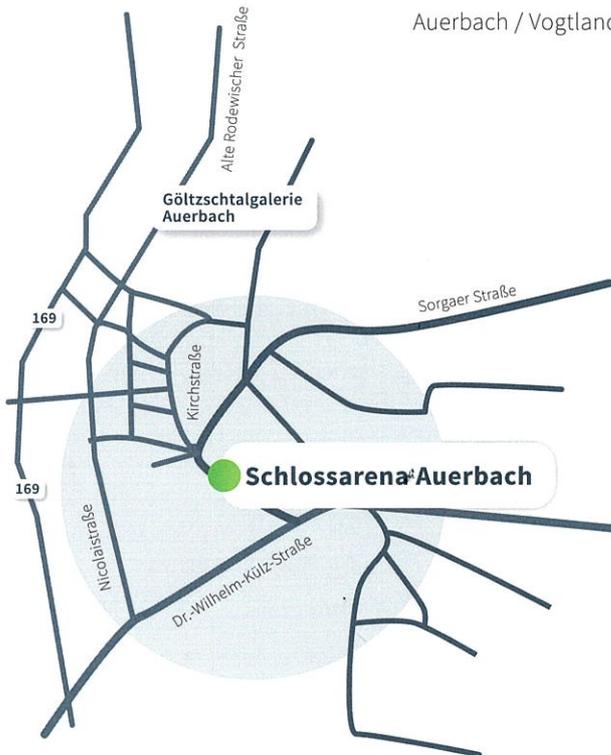




Auerbach / Vogtland



► **Veranstaltungsort**

SchlossArena  
Schloßplatz 4  
08209 Auerbach / Vogtland



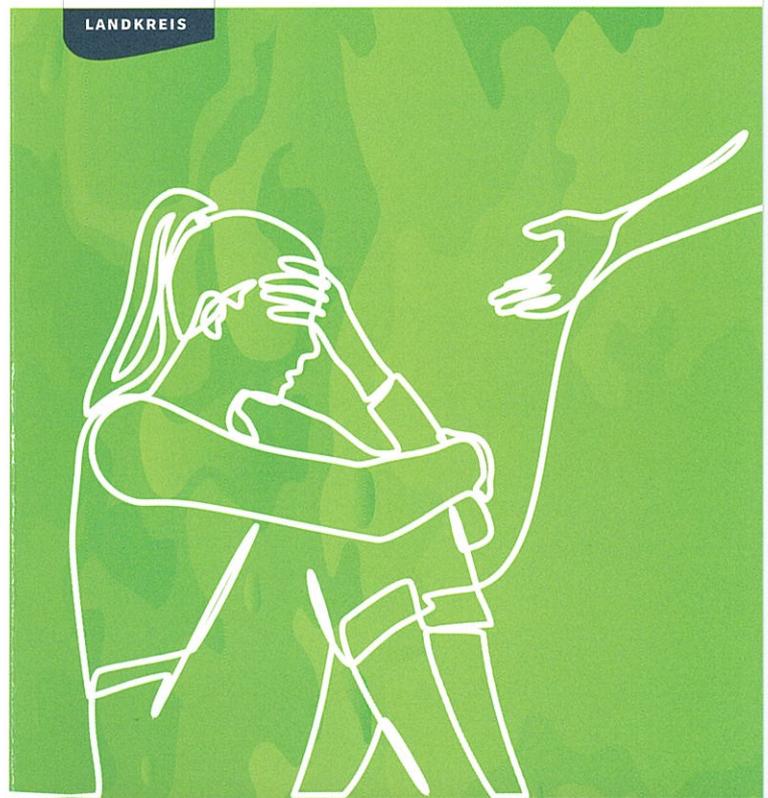
► [www.vogtlandkreis.de](http://www.vogtlandkreis.de)

**Impressum**

Landratsamt Vogtlandkreis, Gesundheitsamt,  
Postplatz 5, 08523 Plauen  
Tel.: 03741 300 - 3519  
E-Mail: [schumann.katharina@vogtlandkreis.de](mailto:schumann.katharina@vogtlandkreis.de)  
Internet: [nwww.vogtlandkreis.de](http://nwww.vogtlandkreis.de)  
Foto: [stock.adobe.com](http://stock.adobe.com)



Diese Maßnahme wird mitfinanziert  
durch Steuermittel auf der Grund-  
lage des vom Sächsischen Landtag  
beschlossenen Haushalts.



**GESUNDHEITSAMT VOGTLANDKREIS**

Tag der seelischen Gesundheit

**WEIRD – voll daneben –  
Depression?**

25.10.2023 09.00 Uhr bis 19.00 Uhr  
Schloß Arena Auerbach

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

## PROGRAMM

9.00 Uhr Ankommen in der Schlossarena Auerbach

9.15 Uhr Grußworte (Bürgermeister)

9.30 Uhr – 11.00 Uhr Vortrag »Vollverbockt« von Markus Bock, Depressionist/Schreiber /Drüberreder / Entstigmatisierer

11.15 Uhr – 12.00 Uhr Impulsvorträge:  
Martha Wienke - Bericht einer jungen Betroffenen und Frau Zimmerer -  
»Mein Weg zur Genesungsbegleiterin«

### MITTAGSPAUSE

12.30 Uhr – 13.30 Uhr Vortrag zum Thema Depression bei Jugendlichen und Erhalt der psychischen Gesundheit, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut Ken Schönfelder  
10 -15 min Gruppenentspannung

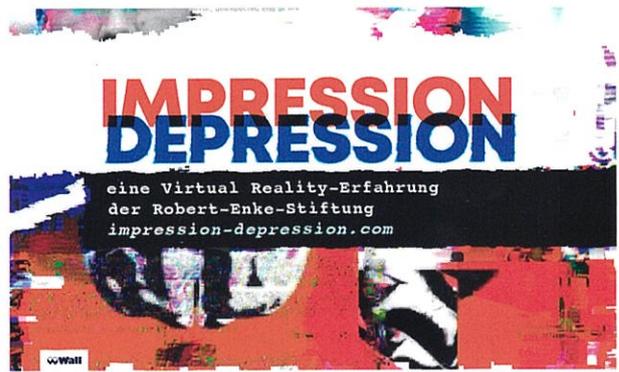
ab 14.00 Uhr verschiedene Aktionen zum Mitmachen: Bogenschießen für Körper, Geist und Seele, Fotobox, Genusstraining, Wissen to go über Psychotherapie, KOBsikanten (Musik) und DIY-Projekte

15.30 Uhr – 16.00 Uhr Zumba für alle

16.30 Uhr – 19.00 Uhr Kino:  
Kamera Sensibel mit anschließender Podiumsdiskussion  
»Neben der Spur – von der Depression aus der Bahn geworfen«

### GANZTÄGIGES RAHMENPROGRAMM

9.00 Uhr – 16.30 Uhr Impression Depression – eine Virtual-Reality-Erfahrung der Robert Enke Stiftung  
Infostände zum regionalen Hilfesystem TraumRausch – Drogenpräventionsbus des Vogtlandkreises



»Impression Depression – Eine Virtual-Reality-Erfahrung der Robert-Enke-Stiftung« verfolgt das Ziel mehr Verständnis für depressiv erkrankte Personen zu wecken, indem Nichtbetroffene für die Erkrankung sensibilisiert werden. Zu diesem Zweck werden einzelne Facetten der Gedanken- und Erlebenswelt von depressiv erkrankten Menschen mit Hilfe einer Virtual-Reality-Brille dargestellt. Die Teilnehmenden können hierdurch krankheitstypische Symptome wie Antriebslosigkeit, Grübeln oder Ausweglosigkeit in einer Selbsterfahrung realitätsnah miterleben.

Das Projekt richtet sich explizit an Nichtbetroffene. Vormalig oder akut depressiv erkrankte Menschen sollen nicht an der VR-Erfahrung teilnehmen. Für die Teilnahme an dem Projekt muss daher jeder Teilnehmende vor Beginn eine Einverständniserklärung unterschreiben. Hiermit wird bestätigt, dass der Teilnehmende Kenntnis darüber hat, dass es sich potenziell um eine belastende Erfahrung handelt und die Robert-Enke-Stiftung depressiv erkrankten Menschen dringend von einer Teilnahme abrät. Die vollständige Teilnahme nimmt ca. 1 Stunde in Anspruch und ist in drei Phasen gegliedert: Phase 1 - die Einleitung, Phase 2 - VR-Erfahrung, Phase 3 - Reflexion.

Für die einzelnen Termine der VR-Erfahrung müssen sich Teilnehmende im Vorfeld anmelden.

Die Anmeldung erfolgt über Brigitte Mothes, Sprecherin des Bündnisses gegen Depression im Vogtlandkreis.

Telefon: 0176 70761950

E-Mail: [kontakt@selbsthilfe-aktiv-gegen-depression.de](mailto:kontakt@selbsthilfe-aktiv-gegen-depression.de)