

Infos des Seniorenbeirats

Burn out – ausgebranntes Gehirn

Vorschau und Einladung zur Infoveranstaltung Depression in der Hans-Herrmann-Halle am 22. Januar

Morgens nicht aus dem Bett kommen, der Weg zur Arbeit fällt immer schwerer, Treffen mit Freunden werden immer seltener.

Da ist jemand auf einem Weg in die Depression. Das sind Symptome, die bereits darauf hindeuten, dass etwas nicht stimmt. Weil die Anzeichen oft schleichend sind, fallen sie zu Beginn oft nicht auf. Es dauert eine Zeit, bis den Betroffenen oder auch der Familie oder den Bekannten die Veränderung auffällt.

Schnell fällt dann der Begriff: „Du hast ein Burn out!“ Das bedeutet aus dem Englischen übersetzt: Ausgebrannt sein. Ein sehr passendes Bild, für das, was im Gehirn passiert.

Aber was genau passiert da und warum trifft es so viele? Aktuelle Schätzungen gehen davon aus, dass jeder Dritte im Laufe seines Lebens eine psychiatrische Erkrankung durchlebt.

Es ist also in keinem Fall etwas Seltenes. Etwa 5 Millionen Menschen leiden an einer Depression. Darunter einige bekannte Gesichter wie der Skispringer Sven Hannawald oder die amerikanische Sängerin Maria Carey, aber eine viel größere Anzahl ganz normaler Personen aus unserer Mitte. Depression ist auch keine Erkrankung, die nur eine bestimmte Gruppe betrifft, sondern die Erkrankung zieht sich durch alle Lebensalter und Lebensumstände.

Wenn die Diagnose feststeht, gibt es viele Hilfsangebote. Aber dennoch wissen viele mit der Erkrankung nichts anzufangen und sind unsicher. Betroffene schämen sich und die Angehörigen sind überfordert. Freunden von Betroffenen fällt es möglicherweise gar nicht auf.

Mit einem Vortrag in der Hans-Herrmann-Halle in Niedernberg will der Seniorenbeirat hier Licht ins Dunkel bringen. Alle Interessierten sind eingeladen an diesem Abend zu erfahren, was die Erkrankung Depression ausmacht, warum wir so viel davon hören, warum so viele davon betroffen sind. Gleichzeitig soll der Abend dazu dienen, Therapien und unterschiedliche Hilfsangebote kennenzulernen.

Niko Grundhöfer, ein Arzt aus dem Bezirkskrankenhaus Lohr, erklärt die Erkrankung, erläutert wie sie zu erkennen ist und wie eine Behandlung aussehen kann. Stephan Schreitz vom sozialpsychiatrischen Dienst in Miltenberg und Christine Knobling von der Telefonseelsorge aus Aschaffenburg werden zwei der Hilfsangebote aus der Region vorstellen.

Die Veranstaltung ist kostenfrei und offen für alle Interessierte. Beginn ist im Foyer der Hans-Herrmann-Halle um 19 Uhr. Text: Dagmar Regh und Niko Grundhöfer

DEPRESSION
Informationen und Hintergründe für Angehörige, Betroffene und Interessierte.

Zusammenhänge mit Diabetes
Demenz
Infarkt
Altersdepression
Seelengrippe
Ausgebrannt
Stress
Angehörige
Betroffene
Selbstdiagnose
Kinder
Scham überwinden
Hilfe zulassen

Mit Beiträgen von:
Christine Knobling
Telefonseelsorge Aschaffenburg
Stephan Schreitz
Sozialpsychiatrischer Dienst Miltenberg

Hauptvortrag:
Niko Grundhöfer
Neurologe im Bezirkskrankenhaus Lohr

22. Januar 2020 um 19 Uhr Hans-Herrmann-Halle in N i e d e r n b e r g

Eine Informationsveranstaltung organisiert durch den
Seniorenbeirat Niedernberg
Offen und kostenfrei für Interessierte jeden Alters

AWO | **Bezirksverband Unterfranken e.V.** | **TelefonSeelsorge**
www.telefonseelsorge.de
09371 669 49 20

Seniorenkalender – mit ausgewählten Terminen

Do.	09.01.	Anmeldeschluss zum Workshop: Fotobuch. Vormittags treffen sich die Kursleiter zur Planung kommender Angebote. Wer interessiert ist mitzuwirken, meldet sich unter Tel. 9744-23.
Mi.	15.01.	1. Sitzung des Seniorenbeirats in der Spätlese. Interessierte melden an unter Tel. 9744-23.
Do.	16.01.	Start des Workshop: Fotobuch, ab 9:30 Uhr. Veranstaltet durch Initiative „Die Appler“, s.o.
Mi.	22.01.	Vortrag Depression in der Hans-Herrmann-Halle, s.o. Beginn: 19 Uhr

Wichtige Rufnummern

Unabhängige Pflegeberatung der gesetzlichen Pflegekassen in Bayern

Mo. bis Fr. von 8:00 bis 18:00 Uhr - Tel.: 0800 / 77 211 11 (gebührenfrei)

Seniorenpflegeeinrichtung Santa Isabella - Pfarrer-Seubert-Straße 16

Tel.: 06028 406 460 - www.santa-isabella.de

Beratungsstelle für Senioren

und pflegende Angehörige (BSA)

Tel.: 09371 - 669 49 20

www.seniorenberatung-mil.de