

HILFE BEI DEPRESSION



99511/05.08/10785/Patienteninformation Depression

Überreicht durch:

STADapharm GmbH
Stadastraße 2 – 18
61118 Bad Vilbel
www.stada.de

STADA
Arzneimittel

Patienteninformation
Adressen, Links und Empfehlungen
für Patienten und Angehörige

STADA

STADA
Arzneimittel

Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen	4
Literatur	10
Ratgeber	11
Internet-Adressen	11

Egal ob als Patient oder als Angehöriger, irgendwann braucht man dringend einen Ansprechpartner: Jemand, der zuhört, weiterhilft und Fragen beantwortet.

In nahezu allen Regionen Deutschlands steht Ihnen ein Netzwerk an Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen mit Rat und Tat zur Seite. Die Hilfsangebote finden Sie in dieser Broschüre nach Postleitzahlen geordnet. Damit Ihnen vor Ort gleich geholfen werden kann, richten Sie sich bitte an die Stelle in Ihrer Nähe. Weitere Adressen finden Sie im Internet. Auch hier haben wir Ihnen einige Links zusammengestellt, die weiterhelfen können. Unsere Lektüren-Empfehlung rundet das Informationsangebot um das Thema Depression schließlich ab.

Wir hoffen, Ihnen mit unserer Broschüre weiterzuhelfen.

Alles Gute!

**Ihr
STADA Team**

Unsere Broschüre „Depression kann jeden treffen“ mit zahlreichen Tipps für Patienten und Angehörige erhalten Sie im Internet unter: www.stada.de



Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen

Überregional

Telefonseelsorge

Tel.: 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222
24 Stunden täglich – anonym und kostenfrei

Kinder- und Jugendtelefon

Tel.: 0800 111 0 333
E-Mail: info@nummergegenkummer.de
www.kinderundjugendtelefon.de

Elterntelefon

Tel.: 0800 111 0 550
E-Mail: info@nummergegenkummer.de
www.elterntelefon.de

PLZ-Gebiet 10000

Berliner Krisendienst

Überregionaler Bereitschaftsdienst aller Regionen in Berlin

Tel.: 030 39063-00
www.berliner-krisendienst.de

Angehörige psychisch Kranker Landesverband Berlin e.V.

Tel.: 030 863957-01/-03
E-Mail: info@apk-berlin.de
www.apk-berlin.de

PLZ-Gebiet 20000

Brücke Rendsburg-Eckernförde e.V.

Tel.: 04331 1323-23/-27
E-Mail: bz@bruecke.org
www.bruecke.org

Ehe-, Familien- und Lebensberatung Neumünster

Tel.: 04321 14729
www.katholische-eheberatung.de

PLZ-Gebiet 30000

Krisenberatung – Hilfe für Suizidgefährdete Bielefeld

Tel.: 0521 83042
www.suizidprophylaxe.de

Magdeburger Stadtmission e.V.

Tel.: 0391 532490
E-Mail: magdeburgerstadtmission@t-online.de
www.magdeburgerstadtmission.de

Präventionsprogramm – Polizei-Sozialarbeit bei der Polizeidirektion Hannover

Tel.: 0511 1096789

PLZ-Gebiet 40000

Krisenhilfe Münster – Hilfe für Menschen in Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr

Tel.: 0251 519005

E-Mail: kontakt@krisenhilfe-muenster.de

www.krisenhilfe-muenster.de

Psychiatrische Hilfgemeinschaft Duisburg e. V.

Tel.: 0203 5444790

www.phg-du.de

Jugendberatung – Psychosoziale Beratungsstelle für Jugendliche und junge Erwachsene Düsseldorf

Tel.: 0211 4696200

E-Mail: webmaster@jugendberatung-duesseldorf.de

www.jugendberatung-duesseldorf.de

PLZ-Gebiet 50000

Psychotherapie-Informationsdienst Bonn

Tel.: 0228 746699

E-Mail: pid@dpa-bdp.de

www.psychotherapiesuche.de

PLZ-Gebiet 50000

Rat und Tat e.V. – Hilfgemeinschaft für Angehörige von psychisch Kranken

Tel.: 0221 7390734

E-Mail: info@rat-und-tat-koeln.de

www.rat-und-tat-koeln.de

Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker (BAPK) Bonn

Tel.: 0228 632646

E-Mail: bapk@psychiatrie.de

www.psychiatrie.de

PLZ-Gebiet 60000

Die Arche – Beratung und Hilfe in Lebenskrisen Ludwigshafen

Tel.: 0621 510184

[www.ludwigshafen.de/leben_in_ludwigshafen/
soziales/beratung](http://www.ludwigshafen.de/leben_in_ludwigshafen/soziales/beratung)

PLZ-Gebiet 70000

Hilfe bei Selbsttötungsgefahr und Lebenskrisen Arbeitskreis Leben e.V. (AKL) Stuttgart

Tel.: 0711 600620

E-Mail: info@ak-leben.de

www.ak-leben.de

PLZ-Gebiet 70000

Brücke – Gespräche – Information – Lebensberatung Karlsruhe

Tel.: 0721 385038

E-Mail: info@bruecke-karlsruhe.de

www.bruecke-karlsruhe.de

Hilfe bei Selbsttötungsgefahr und Lebenskrisen Arbeitskreis Leben e.V. (AKL) Reutlingen

Tel.: 07121 19298

E-Mail: reutlingen@ak-leben.de

www.ak-leben.de

PLZ-Gebiet 80000

Beratungsstelle für psychische Gesundheit Ingolstadt

Tel.: 0841 309100

www.buendnis-depression.de

Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche, Einzelne und Paare Ulm

Tel.: 0731 1538400

Die Arche – Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V. München

Tel.: 089 334041

E-Mail: info@die-arche.de

www.die-arche.de

PLZ-Gebiet 90000

Sozialpsychiatrischer Dienst Würzburg

Tel.: 0931 55445

E-Mail: spdi.wuerzburg@erthal-sozialwerk.de

www.caritas-wuerzburg.de

Krisendienst Würzburg

Tel.: 0931 571717

E-Mail: krisendienst@ts-kd-wuerzburg-ev.de

www.caritas-wuerzburg.de

Krisendienst Mittelfranken

Tel.: 0911 4248550

E-Mail: info@krisendienst-mittelfranken.de

www.krisendienst-mittelfranken.de

Sozialpsychiatrischer Dienst und Psychogeriatrische Beratungsstelle Nürnberg

Tel.: 0911 2312297

E-Mail: gh-spdi@stadt.nuernberg.de

www.gesundheit.nuernberg.de

Literatur, Ratgeber und Internet

Literatur

Bronsich T.

Der Suizid. Ursachen, Warnsignale, Prävention.

Verlag C. H. Beck, München

ISBN: 3406390064

Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker

Mit psychisch Kranken leben.

Rat und Hilfe für Angehörige

Psychiatrie Verlag, Bonn

ISBN: 3884142674

Helmchen H., Refaelsen O.J., Bauer M.

Depression und Manie.

Wege zurück in ein normales Leben.

Ein Ratgeber für Kranke und Angehörige.

TRIAS Verlag, Stuttgart

ISBN: 3893736352

Jamison, Kay Redfield

Wenn es dunkel wird.

Zum Verständnis des Selbstmordes.

Berliner Taschenbuchverlag

ISBN: 3442760887

Solomon, A.

Saturns Schatten. Die dunkle Welt der Depression.

Fischer Verlag, Frankfurt

ISBN: 3100704029

Ratgeber

Depression – Ein Ratgeber

Herausgegeben vom

Forum für seelische Gesundheit

Zu bestellen unter

Tel.: 06131 280751

Fax: 06131 280753

E-Mail: bestellung@forumseele.de

oder direkt im Internet unter

www.forumseele.de

Es wird eine Schutzgebühr von 3 Euro erhoben,
die mittels eines beiliegenden Überweisungsträgers
überwiesen werden kann.

Es ist, als ob die Seele unwohl wäre ...

Herausgegeben vom Bundesministerium

für Bildung und Forschung (BMBF)

Kostenfrei zu bestellen unter

www.bmbf.de

Internet

www.kompetenznetz-depression.de

www.raus-ins-leben.de