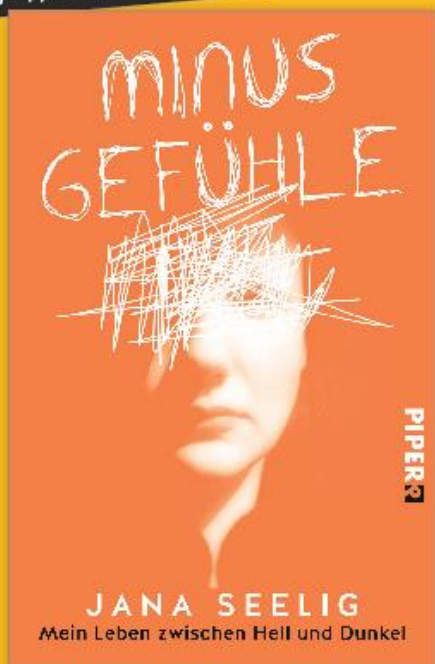


Junge Erwachsene mit Depressionen

Die Selbsthilfegruppe Notjustsad lädt ein:



Wir laden Betroffene, Angehörige und Interessierte herzlich ein! Eintritt ist frei.

Lesung mit Jana Seelig

aus ihrem Buch „Minusgefühle“

& Gespräch

unter Beteiligung von Kerstin Mürder & Maria Canova,
Psychologischer Beratungsdienst der GfS e.V.



Freitag,
18. Oktober 2019

20.00 Uhr

Nummer zu Platz (Nr.z.P.)
Große Kurfürstenstr. 81
33615 Bielefeld

Jana Seelig, *1988, lebt
als Bloggerin und freie
Autorin in Berlin.

Sie zog das Interesse
der Öffentlichkeit auf
sich, als sie 2014 auf
Twitter ganz offen
über ihre Depressions-
erkrankung sprach.

„Irgendwann habe ich
begriffen, dass die Leere
zwischen zwei Momenten
meine Geschichte ist.“

#Notjustsad: Wir sind eine Selbsthilfegruppe für
junge Erwachsene mit Depressionen in Bielefeld.
Kontakt: notjustsad-bielefeld@gmx.de,
www.facebook.com/SelbsthilfegruppeBielefeld/

Minusgefühle – Lesung zur Depression

"Wir sind mehr als eine Diagnose. Unsere Gruppe vermittelt uns mit jedem Treffen ein eindeutiges Wir-Gefühl, denn niemand von uns muss da alleine durch", beschreibt sich die Selbsthilfegruppe "#Notjustsad".

Mit einer Lesung am 18. Oktober geht die Bielefelder Gruppe junger Erwachsener mit Depressionen noch einen Schritt weiter und lädt weitere Betroffene, Angehörige und Interessierte ins „Nummer zu Platz“ in der Großen Kurfürstenstraße 81 ein.

Um 20 Uhr liest dort Jana Seelig. Die Autorin und Bloggerin aus Berlin hat für den Namen der Gruppe Pate gestanden, indem sie bei Twitter den Hashtag #notjustsad schuf und damit eine Diskussion über Twitter auslöste, die über die sozialen Medien hinausging.

Sie spricht offen über ihre Depressionserkrankung und hat ein Buch darüber geschrieben. "Gefühle zeigen ist nicht leicht. Gefühle in Worte fassen noch viel schwerer. Nicht-Gefühle zu beschreiben ist wohl das schwerste von allem", schreibt sie in ihrem Buch "Minusgefühle".

Sie beschreibt ihre Niederlagen, ihre Chancen, ihre Traurigkeit und ihren ständigen Kampf gegen die Krankheit, die Teil ihres Lebens ist, dieses aber nicht mehr bestimmt.

Im Anschluss an die Lesung wird ein moderiertes Gespräch mit der Autorin stattfinden. Die Veranstaltung wird unterstützt von der Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld und dem Psychologischen Beratungsdienst der GfS, Gesellschaft für Sozialarbeit e.V. und der Heimat Krankenkasse.

Der Eintritt ist frei.

Mit freundlicher
Unterstützung:

DER PARITÄTISCHE
SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE
Bielefeld

GfS - Gesellschaft
für Sozialarbeit e.V.
VEREINIGUNG VON
SOZIALARBEITERN

HEIMAT
KRANKENKASSE