

Ankündigung: Am 10. Oktober ist Welttag der seelischen Gesundheit

## Wenn die Psyche Hilfe braucht

Am 10. Oktober ist der internationale Tag der seelischen Gesundheit. Anlässlich dieses Welttages finden in Deutschland zahlreiche Informationstage, Aktionswochen und Veranstaltungen statt. Gemeinsames Ziel der Events: Über Aspekte der Prävention und Therapie psychischer Erkrankungen zu informieren und auf die Belange psychisch erkrankter Menschen aufmerksam zu machen. Die Internetseite [www.aktionswoche.seelischegesundheit.net](http://www.aktionswoche.seelischegesundheit.net) des Aktionsbündnisses für Seelische Gesundheit bietet einen Überblick über die zahlreichen Aktivitäten in der Woche vom 5. bis 11. Oktober 2009. Allein in Berlin finden über 150 Veranstaltungen statt.

Fast jeder Dritte leidet einmal in seinem Leben an einer behandlungsbedürftigen, psychischen Erkrankung. Rund zehn Prozent der Fehltage bei den aktiv Berufstätigen gehen auf Erkrankungen der Psyche zurück. Mittlerweile zählen Depressionen, Alkoholerkrankungen, bipolare Störungen und Schizophrenien weltweit zu den häufigsten Erkrankungen. Schon lange sprechen Experten von Volkskrankheiten. Doch erst in den letzten Jahren wird dieses Problem auch zunehmend in der Gesellschaft diskutiert.

Für viele Menschen ist die Hürde, sich bei psychischen Gesundheitsproblemen professionelle Hilfe zu holen, immer noch sehr hoch. Der Besuch eines Kinofilms zum Thema mit anschließender Expertendiskussion kann unterstützen, einen ersten Zugang zu bekommen. Die Teilnahme an einer Informationsveranstaltung bietet die Möglichkeit, unkompliziert mit Fachärzten oder Vertretern der Selbsthilfegruppen vor Ort in Kontakt zu kommen. Tage der offenen Tür eröffnen Betroffenen die Möglichkeit, sich über Therapie- und Rehabilitationsangebote zu informieren.

Ob in Berlin oder München, Bielefeld oder Ludwigsburg – in vielen Städten und Regionen finden in der Woche vom 5. bis 11. Oktober Aktionstage mit einem vielseitigen Programm zu den Themen der psychischen Gesundheit statt. In Berlin steht dabei die seelische Gesundheit in der Familie im Fokus, die Münchner folgen dem Aufruf „Seelische Gesundheit leben!“ und beim Niedersächsischen Aktionstag in Harburg diskutieren Experten die Wechselwirkungen von Arbeit und seelischer Gesundheit.

Der Welttag für seelische Gesundheit wurde 1992 von der World Federation for Mental Health mit Unterstützung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ins Leben gerufen. Er findet jährlich am 10. Oktober statt und soll auf die Belange von Menschen mit psychischen Erkrankungen aufmerksam machen.

Das Aktionsbündnis für Seelische Gesundheit ist ein bundesweites Netzwerk zur Förderung der Seelischen Gesundheit unter der Schirmherrschaft der Bundesministerin für Gesundheit. Das Bündnis koordiniert die Berliner Woche der Seelischen Gesundheit und hat in diesem Jahr deutschlandweit dazu aufgerufen, sich mit Aktionen an der Woche der Seelischen Gesundheit zu beteiligen.

[www.aktionswoche.seelischegesundheit.net](http://www.aktionswoche.seelischegesundheit.net)

Presseanfragen:  
**Aktionsbündnis für Seelische Gesundheit**  
Dipl.-Pol. Wiebke Ahrens  
Tel.: 030 / 2404 77 214  
eMail: [aktionswoche@seelischegesundheit.net](mailto:aktionswoche@seelischegesundheit.net)