FRAUEN SUCHT GESUNDHEIT

Online-Vortrag per Zoom

Depressionen bei Frauen – Wenn das Leben an Farbe verliert

Wir alle fühlen uns manchmal traurig oder erschöpft. Doch wenn dieser Zustand nicht mehr aufhört oder gar immer schlimmer wird, kann es sich um eine Depression handeln. Sie kann sich anfühlen wie eine bleierne Schwere, ein inneres Leeregefühl oder ein dauerhafter Verlust von Freude und Lebensenergie.

Viele Frauen erleben im Laufe ihres Lebens depressive Phasen – manchmal schleichend, manchmal plötzlich. Nicht selten greifen Betroffene zu Alkohol oder Medikamenten, um das seelische Leid zu lindern. Depressionen können viele Ursachen haben: belastende Lebensereignisse, langanhaltender Stress, hormonelle Veränderungen oder ungelöste innere Konflikte.

Wichtig ist: Eine Depression ist eine ernstzunehmende, aber gut behandelbare Erkrankung – kein Zeichen von Schwäche.

Psychotherapeutische Unterstützung, eventuell in Kombination mit Medikamenten, kann helfen, wieder Zuversicht und Stabilität zu gewinnen. Auch Selbsthilfegruppen, Bewegung, Tagesstruktur und Gespräche mit anderen können stärken.

Der Verein **Frauen Sucht Gesundheit e.V.** bietet diese Veranstaltung an.
Eingeladen sind alle am Thema interessierten Frauen.

Wann: **Montag, 15.02.2027 ◦ 18:00 Uhr**

Wo: **Video-Vortrag (Zoom)**

Referentin: **Liv Schütz-Vorderwülbecke**
Psychologin (M. Sc.)

Inhalte des Vortrages sind die unterschiedlichen Formen depressiver Störungen, ihre Ursachen sowie die aktuellen psychotherapeutischen und medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten. Neben den Informationen bietet der Vortrag Raum für Diskussionen und Austausch.

Wir bitten um **Anmeldung per E-Mail** an **info@fsg-sh.de**
Anmeldeschluss: Freitag, 12.02.2027

Die Teilnahme ist kostenfrei, wir freuen uns über eine Spende
zur Unterstützung unserer Arbeit!
Evangelische Bank e.V. ◦ IBAN: DE71 5206 0410 0006 4337 07 ◦ BIC: GENODEF1EK1

Die Arbeit des Vereins Frauen Sucht Gesundheit e.V. wird gefördert vom
Ministerium für Justiz und Gesundheit des Landes Schleswig-Holstein und der Landeshauptstadt Kiel.

Frauen Sucht Gesundheit e.V. · Holtenauer Straße 127 · 24118 Kiel · Tel.: 0431 - 61549 · info@fsg-sh.de · www.fsg-sh.de