



Verrückt? Na und! – Hochtaunuskreis Wie geht's?

- ein mobiles Informationssystem zur **psychosozialen** Prävention -

Etwa die Hälfte aller Menschen in Deutschland erkrankt im Laufe des Lebens an einer psychischen Erkrankung. Jährlich erfüllt mehr als jeder vierte Erwachsene (fast 28%) die Kriterien einer voll ausgeprägten Erkrankung. Etwa 75% aller psychischen Erkrankungen beginnen vor dem 25. Lebensjahr. Dennoch ist das Thema psychische Gesundheit in Schule und Öffentlichkeit tabu. Obwohl derartige Probleme weit verbreitet sind, ist es keine Seltenheit, dass junge Menschen oder ihre Familien diese geheim halten.

Das mobile Informationssystem *Wie geht's?* widmet sich diesem Problem. Initiator der Ausstellung im Hochtaunuskreis ist Perspektiven e.V., ein gemeinnütziger, sozialpsychiatrisch tätiger Verein aus Oberursel, mit dem Präventionsprojekt *Verrückt? Na und! - Seelisch fit in Schule und Ausbildung*. *Wie geht's?* ist ein Programm von *Irrsinnig Menschlich e.V.* in Zusammenarbeit mit *Perspektiven e.V.* und *gesundheitsziele.de*.

Die Ausstellung *Wie geht's?* richtet sich an junge Menschen, Lehrer und pädagogische Fachkräfte, Eltern sowie alle Interessierten. Auf sechs Ausstellungstafeln sprechen junge Betroffene über ihre Sorgen und darüber, was ihnen geholfen hat, dass sie sich heute wieder besser fühlen. Die Themenschwerpunkte der Tafeln sind:

Alkohol: Filmriss

Alkohol ist bei jungen Männern zwischen 15 und 29 Jahren in Europa die Haupttodesursache. Jugendliche, die früh Alkohol trinken, bekommen häufiger ein Alkoholproblem als Erwachsene. Manchen bringt der Stimmungsmacher oder Tröster ins Krankenhaus oder sogar ins Grab.

Mobbing in der Schule

Mobbing kann jeden treffen! Wer gemobbt wird, hat kaum Kraft, sich aus dieser Situation zu befreien. Besonders Lehrer oder Sozialarbeiter müssen und können Mobbing in der Schule stoppen.



Präventionsprojekt *Verrückt? Na und!* – entwickelt von *Irrsinnig Menschlich e.V.*
Koordinatorinnen Judith Heinbuch (mobil: 0176-21470501) & Svea Horn (mobil: 0176-74708334)
Alberusstr. 5, 61440 Oberursel
E-Mail: verrueckt-na-und@perspektivenev.de



Ein Modellprojekt von
gesundheitsziele.de



...zu Tode betrübt: Depression

Es gibt Stimmungstiefs, die sich mit der Zeit wieder geben. Bleibt die gedrückte Stimmung jedoch über längere Zeit erhalten, kann sich dahinter eine Erkrankung verbergen. Etwa 3-10% aller Jugendlichen zwischen 12 und 17 Jahren sind von Depressionen betroffen, Mädchen öfter als Jungen. Nicht wenige Betroffene unternehmen im Laufe der Krankheit einen Suizidversuch. Das muss nicht sein.

Sprechende Wunden - Sich selbst verletzen

Menschen, zumeist Mädchen und junge Frauen, verletzen sich selbst, um die innere Leere zu unterbrechen, um sich von innerem Druck zu entlasten, um Kontrolle über das innere Chaos zu gewinnen, um inneren Schmerz sichtbar zu machen, um sich selbst zu bestrafen, um wahrgenommen zu werden oder um es einfach mal auszuprobieren.

Kein Land in Sicht: Suizid

Die meisten Suizide/Suizidversuche werden vorher angekündigt. Jeden Tag sterben in Deutschland etwa acht junge Menschen durch Suizid. Ungefähr 150 Jugendliche versuchen jeden Tag, ihrem Leben ein Ende zu setzen. Vielleicht war sogar jemand dabei, den Sie kennen? Die meisten Menschen, die am liebsten sterben würden, wollen nicht tot sein. Sie wollen leben! Doch sie sind in großer Not. Sie wollen nicht wie bisher weiterleben.

Kinder psychisch kranker Eltern

Ca. 3,8 Mio. Kinder wachsen mit mindestens einem psychisch- oder suchterkranktem Elternteil auf. Fast 500.000 Kinder und Jugendliche kümmern sich um (psychisch) chronisch kranke oder pflegebedürftige Angehörige. Wenn Eltern psychisch erkranken, ist das niemals die Schuld der Kinder, dennoch wirkt sich dies belastend auf die Kinder aus.



Präventionsprojekt *Verrückt? Na und!* – entwickelt von *Irrsinnig Menschlich e.V.*
Koordinatorinnen Judith Heinbuch (mobil: 0176-21470501) & Svea Horn (mobil: 0176-74708334)
Alberusstr. 5, 61440 Oberursel
E-Mail: verrueckt-na-und@perspektivenev.de



Wie geht's? informiert über einzelne Krankheitsbilder, deren Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten. Die Tafeln der Ausstellung regen Heranwachsende dazu an, über ihre eigenen Probleme nachzudenken und in den Austausch mit Freunden, Familie oder Experten zu kommen. Einfach und diskret können sich die Jugendlichen mit den Inhalten der Ausstellung befassen und nachlesen, wo es für die eigenen Anliegen Hilfe in ihrer Umgebung gibt. Die Zahlen psychischer Erkrankungen steigen, deshalb wird Prävention immer wichtiger.

Wirkungsvoll und ganz einfach

- *Wie geht's?* informiert, klärt auf und zeigt Hilfsangebote auf
- *Wie geht's?* kommt direkt zu den Interessierten
- *Wie geht's?* stimmt das konkrete Angebot mit Interessierten ab
- *Wie geht's?* kann bspw. an Schulen durch das Präventionsprojekt *Verrückt? Na und!* zur Stärkung der seelischen Gesundheit ergänzt werden

Das mobile Informationssystem *Wie geht's?* ist am liebsten auf Wanderschaft und steht zum Verleih im Hochtaunuskreis bereit.



Ein Modellprojekt von
gesundheitsziele.de



Interessiert an *Wie geht's?*

Das Informationssystem kann von Schulen im Hochtaunuskreis kostenfrei entliehen werden. Für andere interessierte Aussteller entfällt eine Gebühr nach Absprache. Anlieferung, Auf- und Abbau sind inklusive.

Wir empfehlen, die Ausstellung personell zu begleiten bzw. Ansprechpartner vor Ort zu nennen.

Gebucht wird die Ausstellung über:



Perspektiven e.V. - Verrückt? Na und! - Hochtaunuskreis

Alberusstr. 5, 61440 Oberursel

Judith Heinbuch (0176 – 214 70 501)

Svea Horn (0176 – 747 08 334)

E-Mail: verrueckt-na-und@perspektivenev.de



Präventionsprojekt *Verrückt? Na und!* – entwickelt von *Irrsinnig Menschlich e.V.*
Kordinatorinnen Judith Heinbuch (mobil: 0176-21470501) & Svea Horn (mobil: 0176-74708334)
Alberusstr. 5, 61440 Oberursel
E-Mail: verrueckt-na-und@perspektivenev.de