

## **PRESSEMITTEILUNG**

### **Betroffene teilen Erfahrungen und geben Depression eine Stimme – nutzergenerierte Website gestartet**

#### **Neue multimediale interaktive Website lässt an Depression erkrankte Menschen zu Wort kommen – Experten-Clips informieren über Erkrankung**

Leipzig/Berlin 03.12.2018 – Unter [www.die-mitte-der-nacht.de](http://www.die-mitte-der-nacht.de) geht heute eine interaktive und multimediale Aufklärungs-Webseite über Depression an den Start. Auf der Seite können Betroffene und Angehörige in eigenen Beiträgen über ihre Erfahrungen mit Depression berichten und der Erkrankung so eine Stimme geben. Die Betroffenen können für die Website schriftliche Erfahrungsberichte oder Audio- und Video-Dateien einreichen. „Wir wollen einen offenen Umgang mit Depression fördern und so Verständnis wecken für die Erkrankung, die für Außenstehende oft schwer greifbar ist“ erklären die Initiatoren des Projekts Michaela Kirst und Axel Schmidt. Ergänzt werden die sehr persönlichen Einblicke durch kurze Experten-Videos. Diese enthalten die wichtigsten Informationen über Symptome, Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten der Depression. „Der Nutzer kann sich so über Depression informieren, ohne lange Texte lesen zu müssen“, so die Agentur Knick Design, welche die Webseite gestaltet und umgesetzt hat. Auch Prominente machen sich auf der Website für die Aufklärung über Depression stark. Neben Entertainer Harald Schmidt kommen Moderatorin und Schauspielerinnen Nova Meierhenrich und Bloggerin Victoria van Violence zu Wort. „Die Website ist eine einzigartige Aufklärungs-Plattform über Depression. Es gibt nichts Vergleichbares im Internet“ betont der Filmemacher und Psychiater Axel Schmidt weiter.

#### **Ein Jahr im Leben von Menschen mit Depression – Dokumentarfilm gab Anstoß für Aufklärungs-Website**

Entstanden ist die Webseite aus dem Filmprojekt „Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag“. Für den Dokumentarfilm begleiteten Michaela Kirst und Axel Schmidt ein Jahr lang zwei an Depression erkrankte Frauen und eine betroffene Familie. 2016 feierte der Film Premiere und war seither in über 90 Orten in Kinovorführungen zu sehen. Unter [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de) kann der Dokumentarfilm außerdem als DVD für zuhause bestellt werden. „Während der Suche nach Protagonisten für unseren Dokumentarfilm, haben uns viele Menschen ihre Erfahrungen anvertraut. Nicht alle konnten wir in den Film aufnehmen. Wir hatten jedoch das Gefühl, dass es wirklich wichtig ist, all diesen unterschiedlichen Geschichten eine Heimat zu geben.“, erläutert Regisseurin und Produzentin Michaela Kirst von sagamedia die Idee für das Projekt.

#### **Immer noch viele Vorurteile und Wissenslücken über Erkrankung**

Jedes Jahr erkranken 5,3 Millionen Menschen in Deutschland an einer behandlungsbedürftigen Depression. Die Volkskrankheit ist u.a. gekennzeichnet durch gedrückte Stimmung, Interessen- und Freudlosigkeit, hartnäckige Schlafstörungen und das Gefühl der Ausweglosigkeit. Prof. Ulrich Hegerl, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe sieht immer noch großen Aufklärungsbedarf: „Wir wissen aus unseren deutschlandweiten Befragungen, dass es

## PRESSEMITTEILUNG

immer noch große Wissenslücken und Vorurteile zu Depression in der deutschen Bevölkerung gibt. Viele Menschen verstehen nicht, dass Depression eine ernstzunehmende Erkrankung ist, die jeden treffen kann und einer professionellen Behandlung bedarf. Sie verwechseln die Depression mit Sorgen oder Überforderung, die jeder einmal in seinem Alltag erlebt.“ Die Webseite gibt deshalb einen sehr persönlichen und authentischen Einblick, wie sich die Erkrankung anfühlt und leistet so einen wichtigen Beitrag zur Aufklärung. Die Umsetzung der Seite war möglich dank der Förderung durch die AOK PLUS.

**Interaktive Webseite**

Die Erfahrungsberichte der Betroffenen und die Experten-Clips finden Sie unter [www.die-mitte-der-nacht.de](http://www.die-mitte-der-nacht.de). Dort können an Depression erkrankte Menschen auch eigene Erfahrungsberichte hochladen.

**DVD bestellen**

Der Dokumentarfilm „Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag“ ist auf DVD erhältlich. In einem ergänzenden Informationsfilm werden von Experten alle wichtigen Fragen rund um Symptome und Behandlungsmöglichkeiten beantwortet. Beide Filme sind ab sofort über [www.deutsche-depressionshilfe.de/infomaterial](http://www.deutsche-depressionshilfe.de/infomaterial) auf DVD (23,40 € zzgl. Porto) erhältlich.

**kostenfreier Verleih an Institutionen**

Vereine, Selbsthilfegruppen, Schulen, Unternehmen und andere Organisation können den Film und umfangreiches Begleitmaterial kostenfrei für öffentliche Vorführungen ausleihen. Bitte wenden Sie sich dazu an: Anne Schmidt, 0341/97 24598 oder [info@buendnis-depression.de](mailto:info@buendnis-depression.de)

**Stiftung Deutsche Depressionshilfe**

Ziel der 2008 gegründeten Stiftung Deutsche Depressionshilfe ist es, einen wesentlichen Beitrag zur besseren Versorgung depressiv erkrankter Menschen und zur Reduktion der Zahl der Suizide in Deutschland zu leisten. Die Schirmherrschaft hat der Entertainer und Schauspieler Harald Schmidt übernommen. Neben Forschungsaktivitäten bietet die Stiftung Betroffenen und Angehörigen vielfältige Informations- und Hilfsangebote wie das Diskussionsforum Depression und das deutschlandweite Info-Telefon Depression (0800 33 44 5 33). Unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe koordiniert das Deutsche Bündnis gegen Depression zahlreiche lokale Maßnahmen: In über 85 Städten und Kommunen haben sich Bündnisse gebildet, die auf lokaler Ebene Aufklärung über die Erkrankung leisten. [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de)

**Michaela Kirst, sagamedia**

Michaela Kirst leitet seit November 2011 das Berliner Büro von sagamedia und setzt als Regisseurin und Produzentin Dokumentationen und Dokumentarfilme um. Psychische Krankheiten zu enttabuisieren und stärker in die Öffentlichkeit zu holen, ist ihr ein wichtiges Anliegen. Die Firma sagamedia wurde im Februar 2005 gegründet. Der Name ist Programm: "Wir erzählen Geschichten von Menschen, die uns mitfiebern, mitleiden oder mitlachen lassen und uns einfach durch ihre Authentizität mitreißen." Aus dem anfangs kleinen Autorenteam ist mittlerweile eine Firma mit 35 Mitarbeitern geworden, die ihren Hauptsitz in Köln hat. [www.sagamedia.de](http://www.sagamedia.de) zu leisten, die Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen zu reduzieren. So ist er mittlerweile neben seiner ärztlichen Tätigkeit als Regisseur und Produzent von medizinisch-psychologischen Filmen und in der Konzeption von Medienprojekten engagiert.

**AOK-Bundesverband**

Die AOK PLUS versichert über 3,2 Mio. Menschen in Sachsen und Thüringen. Damit ist sie klarer Marktführer in der Region. Die AOK PLUS ist Lotse, Partner, und Unterstützer auf dem Weg in eine gesunde Lebenswelt. Sie bietet ein breites Leistungsspektrum zu günstigen Beiträgen und garantiert eine umfassende medizinische Versorgung im Krankheitsfall. Gesundheitsförderung und Prävention sind weitere wichtige Themenschwerpunkte ihrer Aktivitäten. In der Gesundheitsbezogene Selbsthilfe setzt sie verstärkt auf digitale Kanäle, um die Selbsthilfe auch in ländlichen Regionen und bei jüngeren Betroffenen zu etablieren.

**Knick Design**

Die Leipziger Agentur Knick Design bewegt sich im kreativen Spannungsfeld von Kommunikations- und Interaktionsdesign, sowie 3D-Visualisierung. Mit den Mitteln des Design einen Beitrag zur Entstigmatisierung von Depressionen zu leisten, war für Knick Design eine spannende Aufgabe.