



<https://biz.li/4647>

## DEPRI-HELDEN MIT DREI WEITEREN SELBSTHILFEGRUPPEN - AUCH FÜR JUGENDLICHE

Veröffentlicht am 19.08.2024 um 09:32 von Redaktion AltkreisBlitz

Die Depri-Helden mit Sitz in der Wedemark haben es innerhalb eines Jahres von einer Selbsthilfegruppe zu einem Verein mit beachtlicher Größe gebracht. Die Selbsthilfegruppen in Mellendorf und Großburgwedel laufen stabil, doch die Nachfrage nach Hilfe ebbt nicht ab, teilt der Verein mit. Karsten Hölscher, Gründer und Vorsitzender der Depri-Helden hat sich für die anfallenden Aufgaben Hilfe gesucht. Als neue Gruppenkoordinatorin kümmert sich Nicole Brunne um die Anfragen und die Zuordnung in die passende Gruppe. Gemeinsam holen sie nun zum nächsten Schlag aus und eröffnen abermals gleich drei neue Selbsthilfegruppen. "Der Bedarf ist groß", weiß Brunne zu berichten. Sind alle Gruppen voll, kommen Interessenten zunächst auf eine Warteliste, bis genug Personen zusammengekommen sind, um eine neue Gruppe aufzumachen. Dies geschah nun am 22. August,



**Der Vorsitzende Karsten Hölscher und die Gruppenkoordinatorin Nicole Brunne vor dem Mehrgenerationenhaus in Mellendorf. / Foto: Depri-Helden e.V.**

als die Wedemark ihre vierte Selbsthilfegruppe unter der Obhut der Depri-Helden bekommen hat. Diese Gruppe trifft sich 14-täglich in dem neu gestalteten Gruppenraum der Alten Schule Wennebostel. Ebenfalls in diesen Räumlichkeiten trifft sich freitags im Zwei-Wochen-Takt die neue Gruppe "Burnout-Helden". Interessenten für diese Gruppen können sowohl auf Internetseite des Vereins unter [www.depri-helden.de](http://www.depri-helden.de) als auch telefonisch unter 05130/9513731 ihre Teilnahme anmelden. Zur Gründung der dritten, neuen Selbsthilfegruppe findet am Freitag, 30. August 2024, um 19 Uhr in der Agora des Mehrgenerationenhauses (MGH), Gilborn 6 in Mellendorf eine Infoveranstaltung statt. Gegründet werden sollen die "Young-Heroes", eine Selbsthilfegruppe für Jugendliche mit Depressionen und ähnlichen psychischen Erkrankungen. "Gerade für junge Menschen ist es schwer, mit dieser Erkrankung umzugehen", berichtet Hölscher. Diese Gruppe ist für ihn eine Herzensangelegenheit. "Wenn die Jugendlichen früh lernen, mit dieser Krankheit umzugehen, haben sie eine gute Chance auf ein halbwegs normales Leben." Er selbst sagt, hätte er zu Beginn seiner Erkrankungen vor 23 Jahren mehr über Depressionen gewusst, wäre sein Leben sicherlich anders verlaufen. "Machen wir uns nichts vor, am Ende geht es auch um Suizidprävention", sagt er mit klaren Worten. Die Infoveranstaltung ist für Jugendliche und Eltern erkrankter Kinder. Teilnehmer dieser Infoveranstaltung melden sich zur besseren Planung bitte per Mail unter [kontakt@depri-helden.de](mailto:kontakt@depri-helden.de) oder über die üblichen Kontaktwege an.