bündnis gegen DEPRESSION hildesheim e.V.

Bergsteinweg 7
31137 Hildesheim
Tel. 0175 53 33 153
Mail: kontakt@bgd-hi-pe.de
Home: www.bgd-hi-pe.de

Vorstand: Prof. Dr. Detlef Dietrich, Klaus-Michael Gatzemeier, Susanne Henke, Johanna Klenner, Robert Schönfeld, Prof. Dr. Marc Ziegenbein, Ulf Zimmermann

InfoAktuell Juni und Juli 2025

Neu: Angebot einer regelmäßigen fachlichen Beratung (Supervision) und eines gemeinsamen Erfahrungsaustausches für die ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen des Bündnisses, die eine Gruppe moderieren bzw. anleiten.
Do. 26.6. - Do 14.8. – Do 9.10. und Do 4.12. jeweils von 18-20Uhr –
Raum wird bekanntgegeben – voraussichtlich im Bergsteinweg 7 –
für unsere Planungen bitten wir um eine Anmeldung zu den Terminen –

Unsere laufenden lokalen Angebote:

Selbsthilfegruppen für depressionserfahrene Menschen **–**
Die Selbsthilfegruppen haben derzeit leider Wartezeiten - Anfragen bitte unter Mail**:** buendnis-selbsthilfe@web.de – neue zusätzliche Gruppe in Planung -

Die offene Angehörigengruppe trifft sich wieder **am 3. Juni und am 8.Juli jeweils um 16:00 Uhr** im Bergsteinweg 7, 31137 Hildesheim. –
um eine Anmeldung wird gebeten –

gesundheitsförderliche Bewegungsangebote:

Lauf- und Walktreff
mittwochs 18:00 Uhr Lauftreff am Hohnsensee
(Treffpunkt Parkplatz „Ahoi" rechts bei den Geräten) –
der **Walktreff montags 18:00 Uhr** ebenfalls am Hohnsensee Parkplatz „Ahoi" –
Wandergruppe ab 5km die nächsten aktuellen **Termine bitte anfragen** -
Spaziergangs Gruppe aktuelle **Termine bitte anfragen –**
Motorradgruppe – gemütliche gemeinsame Ausfahrten –

Anfragen zu unseren Bewegungsangeboten bitte direkt unter:
Mail: buendnis-in-bewegung@web.de oder Tel. 05121/9278803

Schreibwerkstatt: Die Schreibwerkstatt 14täglich, mittwochs 14:00Uhr.
Bei Interesse bitte beim Bündnis anfragen – derzeit aber **leider Warteliste -**

Das offene Malatelier trifft sich donnerstags 14täglich um 16:30 Uhr bei der VHS im Pfaffenstieg 4-5 im Raum 003 – bitte vorher beim Bündnis direkt freie Plätze anfragen.

Die Gartengruppe - der Garten ist wieder bestellt –
Neue Interessenten*innen melden sich bitte beim Bündnis für eine erstes Treffen, um das Projekt kennenzulernen-
Kontakt: buendnis-gartengruppe@web.de

Beratungstermine für depressionserfahrene Menschen sowie Angehörige (Familie) **und Zugehörige** (Freunde, Bekannte, Kollegen etc.)

- persönlich in unserem Büro oder auch telefonisch - können per Mail: kontakt@bgd-hi-pe.de oder Tel. 0175 53 33 153 vereinbart werden.

kostenpflichtige Fortbildungs- und Schulungsseminare zu Themen:
Depression, Angststörungen, Demenz, Suizidalität, Depression im Alter, Depression bei Kindern und Jugendlichen, Depression und Genderproblematik, Behandlungswege, das Vulnerabilitäts-Stress-Modell etc….
gern auch weitere Themenwünsche
Anfragen bitte ans Bündnis Hildesheim richten!

weitere kostenlose überregionale Angebote

der „Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention"
finden sie unter www.stiftung-deutsche-depressionshilfe.de
Erste Informationen, Onlineforen, Selbsthilfemanagement, Themenschwerpunkte, Podcast und vieles mehr….

STIFTUNG DEUTSCHE DEPRESSIONSHILFE UND SUIZIDPRÄVENTION

wir wünschen eine schöne, auch wettermäßig ausgeglichene und zuversichtliche Sommerzeit

Ihr/Euer Vorstand

bündnis gegen DEPRESSION hildesheim e.V.