



**HAST DU ANGST-
SCHÜBE, DIE DU
NICHT UNTER
KONTROLLE
KRIEGST?**

**WIE
GEHT'S
DIR?**

**TRINKST DU
(FAST) JEDEN TAG
ALKOHOL?**

EINE KAMPAGNE
DER PSYCHOSOZIALEN
DIENSTE IN WIEN

**WIESO SIND PSYCHISCHE
ERKRANKUNGEN SO STIGMATISIERT?**

Unsere Gesellschaft weiß zu wenig über psychische Erkrankungen. Es gibt viele tief verankerte Vorurteile. Dazu kommt der steigende Druck in unserer modernen Leistungsgesellschaft, in der Schwäche keinen Platz hat.

Das Stigma wirkt wie eine zweite Krankheit: Es vergrößert soziale und gesundheitliche Probleme, isoliert Betroffene und verringert Heilungs- sowie Integrationschancen. Stigmata müssen daher benannt, aufgezeigt und bekämpft werden. Denn ein vorurteilsfreier Umgang mit psychischen Erkrankungen ist möglich!

Betroffene verdienen Wertschätzung und Respekt. Es ist stark und mutig, über psychische Gesundheit zu sprechen und sich falls notwendig in Behandlung zu begeben.

UNSER ZIEL:
Psychische Erkrankungen werden
als gleichwertig zu körperlichen
Erkrankungen verstanden.

**DAS KANNST DU GEGEN
STIGMATISIERUNG TUN**

 Frag deine Familie und deine Freund*innen, wie es ihnen WIRKLICH geht.

 Nimm deine eigenen psychischen Probleme ernst.

 Hab ein offenes Ohr, wenn dir jemand von persönlichen Problemen erzählt.

 Trau dich, mit Nahestehenden über psychische Gesundheit zu sprechen.

 Wenn du merkst, dass eine Person in deinem Umfeld psychisch belastet ist, dann rate ihr sich unter **01/4000-53000** beraten zu lassen.

 Speichere dir die Nummer des Psychosozialen Krisendienstes ein – wir sind rund um die Uhr für dich, deine Freund*innen oder Angehörigen da: **01/31330**.



Du kannst dir unsere Nummer auch mit Hilfe der Blume merken.

MYTHEN

1

Psychische Erkrankungen sind nicht behandelbar.
FALSCH!
Psychische Erkrankungen sind genauso gut behandelbar wie körperliche Erkrankungen.

2

Eine psychische Krankheit hat man für immer.
FALSCH!
Psychische Erkrankungen sind durch eine Kombination von Medikamenten und Behandlung oft heilbar.

3

Kinder und Jugendliche haben keine psychischen Erkrankungen.
FALSCH!
Über die Hälfte psychischer Erkrankungen beginnen im Teenager-Alter.

4

Junge Menschen wachsen aus den psychischen Problemen raus.
FALSCH!
Psychische Erkrankungen brauchen eine Behandlung genauso wie ein gebrochener Arm.

DIE PSYCHOSOZIALEN DIENSTE IN WIEN

Als PSD-Wien behandeln und unterstützen wir seit über 40 Jahren Menschen mit psychischen Erkrankungen. Wir setzen auf Sozialpsychiatrie und damit auf eine Kombination aus medizinischer Behandlung, vielseitigen Beratungs- und Hilfsangeboten, sowie sozialtherapeutischen Maßnahmen.

Menschen in schweren psychischen Krisen erreichen uns telefonisch rund um die Uhr und 365 Tage im Jahr. Mit der Sorgenhotline Wien bieten wir zudem eine psychische Entlastung – bevor Sorgen zu einer Krise werden.

Das Stigma rund um psychische Erkrankungen spüren wir in unserer alltäglichen Arbeit. Vorurteile, Ängste und mangelndes Wissen verschlechtern die Behandlungschancen für Betroffene massiv.

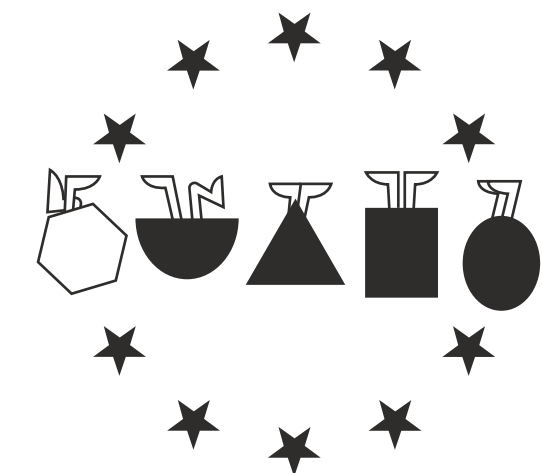
Daher haben wir 2019 mit #darueberredenwir das Gespräch über psychische Gesundheit gestartet. Die aktuellen Krisen haben dazu geführt, dass das Thema teilweise breiter diskutiert wird. Aber schwere Erkrankungen, unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten und soziale Dimensionen sind noch immer nicht sichtbar genug.

**BRICH GEMEINSAM MIT UNS DAS TABU
UM PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN!**

DIE AUSGANGSLAGE

Im Laufe unseres Lebens sind wir alle direkt oder indirekt von einer psychischen Erkrankung betroffen. Entweder wir erleben selbst oder kennen jemanden in unserer Familie, in unserem Freundes- oder Bekanntenkreis, der so eine Situation durchlebt.

Jeder fünfte Mensch in Europa fühlt sich psychisch beeinträchtigt. Psychische Erkrankungen nehmen weltweit zu, vor allem Depression, Angst- und Suchterkrankungen. Umso schlimmer also, wenn Stigmatisierung nicht endlich abnimmt.



**HILFE UND BERATUNG IN
PSYCHISCHEN NOTLAGEN
BEKOMMST DU HIER:**

01/31330

Auf den Kampagnen-Kanälen @darueberredenwir auf  und  bekommst Du mehr Infos zu psychischer Gesundheit und zu unserer Kampagne.

Impressum
Medieninhaber und Herausgeber: Kuratorium für Psychosoziale Dienste in Wien
Redaktion und Text: Tatjana Gabrielli Gestaltung: Benjamin Leibetseder; P&B Agentur für Kommunikation Hersteller: Stangl-Druck Verlags- und Herstellungsort: Wien
Stand: Juni 2024 Alle Angaben ohne Gewähr.

DARÜBER REDEN WIR

Psychische Erkrankungen machen vor niemandem Halt und betreffen alle Geschlechter, junge und alte, arme und reiche Menschen.

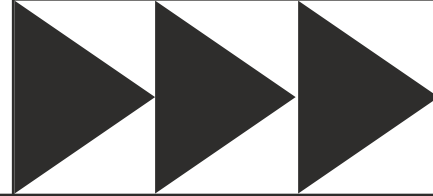
Trotzdem sind sie ein Tabu in unserer Gesellschaft. Betroffene leiden unter Diskriminierung in der Schule, am Arbeitsplatz, in der Familie und im Freundeskreis. Vorurteile sind weit verbreitet und schaden den Betroffenen. Das muss nicht sein! Mit der Kampagne #darueberredenwir startete der PSD-Wien 2019 das Gespräch über psychische Gesundheit – denn es ist wichtig, die Stigmatisierung dieses Themas anzusprechen. Darüber zu reden hilft Betroffenen, Angehörigen und letztendlich uns allen dabei, psychisch gesund zu bleiben.



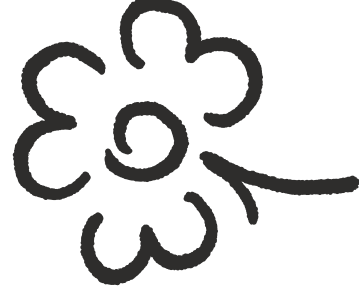
www.darueberredenwir.at



#darueberredenwir



WIE



GEHT'S DIR?



SORGENHOTLINE WIEN
01/4000-53000

RUF AN
RUF AN
RUF AN
RUF AN

TRINKST DU (FAST) JEDEN TAG ALKOHOL?

HAST DU DIE KONTROLLE ÜBER DEINE GEDANKEN VERLOREN?

DAS LETZTMAL DURCHGESCHAFEN?

WANN HAST DU DAS LETZTMAL DURCHGESCHAFEN?

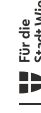


Unsere psychische Gesundheit hatte schon mal bessere Zeiten. Ob es dir super gut oder ganz schlecht geht: Alle Menschen brauchen Ressourcen, um sich mit ihrer psychischen Gesundheit zu beschäftigen – und das ganz ohne Stigma: #darueberredenwir!

EINE KAMPAGNE DER
PSYCHOSOZIALEN
DIENSTE IN WIEN



Psychosoziale
Dienste Wien



Kuratorium für Psychosoziale Dienste in Wien (ein Fonds nach dem Wiener Landes-Stiftungs- und Fondsgesetz), Modectenstraße 14/A/2 OG, 1030 Wien