



## Vorwort

Reinhard Rolla, Vizepräsident



### Liebes Equilibrium-Mitglied

Knapp drei Monate bin ich im Vorstand und darf schon ein Vorwort schreiben. – Eine Ehre für mich, wie auch meine ganze «Karriere» bei EQUILIBRIUM für mich etwas ganz Besonderes ist.

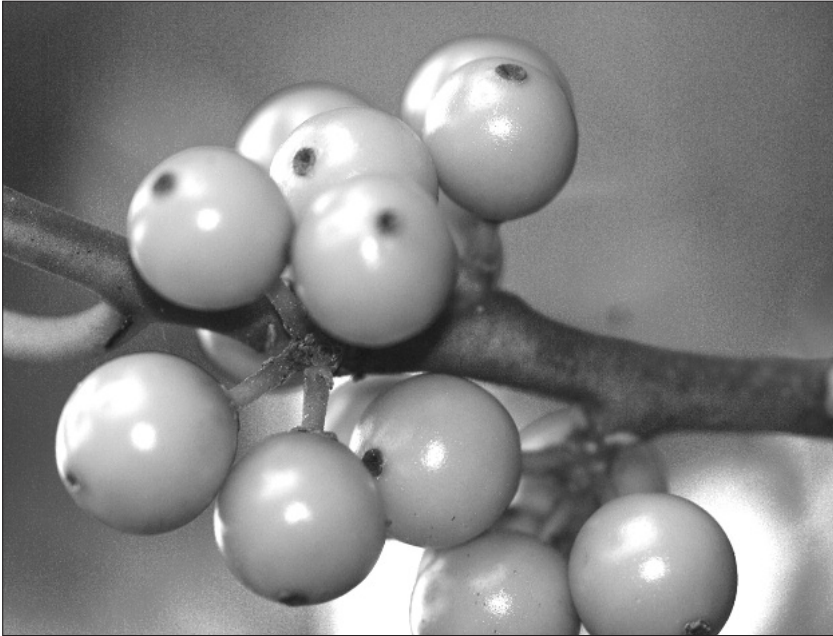
**Vor sechs Jahren** habe ich nach einer ganz schweren Depression bei der Suche nach Leidensgenoss/innen wertvolle Hilfe von EQUILIBRIUM erhalten und konnte so eine Selbsthilfegruppe gründen, die SHG Luzerner Seetal, die ich immer noch leiten darf.

**Knapp zwei Jahre später** konnte ich meine Dankbarkeit beweisen und das Amt des *Regionalleiters* SHG Zentralschweiz übernehmen, das ich ebenfalls noch inne habe.

**Weil ich Ende Oktober** nach achtunddreissig Jahren Pfarrer in Hochdorf im Luzerner Seetal pensioniert werde, habe ich den letzten, entscheidenden Schritt jetzt auch noch gewagt und mich in den Vorstand von EQUILIBRIUM wählen lassen.

### Meine Ideen, meine Ziele, mein Beitrag?

Ich möchte meine Kanäle aus dem Pfarramt für EQUILIBRIUM öffnen,



indem ich möglichst viele Kolleginnen und Kollegen für das Thema «Depression» interessiere und zum Mitmachen gewinne: Mithilfe bei Informationsabenden in ihren Gemeinden, Mithilfe bei Gründungen von Selbsthilfegruppen und deren weitere Unterstützung, zum Beispiel durch gratis Raumbenützung.

Auch die Mitgliedschaft von Pfarrer/innen und ganzen Kirchgemeinden in unserem Verein wäre ein Ziel. Und warum nicht auch die eine oder andere Kirchenspende oder -kollekte für EQUILIBRIUM?

Schön, wenn ihr mir die Daumen drückt! – Euch allen wünsche ich ganz viel Gutes!

Und einen «Frederik»-Rat\* gebe ich gerne an euch weiter: Macht eure Seele

weit auf und nehmt jeden Sonnenstrahl, jedes gute Wort, jede ermunternde Geste und überhaupt alles Positive der nächsten paar Wochen und Monate in euch auf. – Der Herbst und der Winter kommen garantiert. Da ist es gut, wenn wir einen «Vorrat» angesammelt haben, auf den wir zurück greifen können, wenn es nötig wird.

*Herzliche Grüsse*  
*Reinhard Rolla*

*\*Frederik ist die kleine Maus, welche keine Nüsse oder anderen Vorrat für den Winter sammelt, sondern Farben und Gerüche und wohltuende Momente...*



# **Inhalt Newsletter September 2010**

**Rückblick auf die Klausurtagung vom 25./26. Juni 2010**

**Lauf für Psychische Gesundheit**

**Integration in die Arbeitswelt – ein sinnvolles Ziel?**

**10 Jahre ConSol. Wir gratulieren!**

**Petition – Unterschriften sammeln: Wie macht man das?**

**Pressespiegel**

**Veranstaltungen**