

Newsletter September 2011

Inhaltsverzeichnis	Seite
Inhaltsverzeichnis	2
Vorwort	3
News aus dem Vorstand.	5
Regionale Schulungstage	6
Rückblick auf Ex-In-Studium	10
Arbeit und Gesundheit bei Siemens	14
Porträt von Regula Hadorn	17
Pressespiegel	19
Aufgeschnappt.	24
Lauf für psychische Gesundheit	27
Veranstaltungen	28
Filmmatinée in Luzern am 9.10.	30
Studie «Depressionen haben auch Vorteile»	32
Charlie Chaplin	34
Kontaktpersonen der Selbsthilfegruppen.	37
Impressum	38
Der Vorstand	39



Liebe Mitglieder

Unsere Krankheit, die Depression, führt in letzter Zeit zu einem starken Niederschlag in verschiedenen Kommunikationsmitteln. Ich will zu einer gedruckten Äusserung an dieser Stelle mir Gedanken machen.

Vorweg möchte ich aber festhalten, dass es meine Absicht ist, die Depression im Wandel der Geschichte in unserem Organ in einer Artikelreihe näher zu beleuchten.

In diesem Artikel sagt das Migros-Magazin 27, Seite 79, vom 4. Juli 2011: «Stadtluft macht depressiv». Auf Grund einer Online-Umfrage kommt der alte «Brückenbauer» zur Überzeugung, dass das Stadtleben, gemäss einer deutschen Studie, «das Risiko, an einer Depression zu erkranken» steigert. Es wird darauf hingewiesen, dass «bei Versuchsteilnehmern, die in der Stadt leben, die Aktivität der Amygdala, jener Hirnregion die Emotionen verarbeitet, stark erhöht ist».

Im Mittelalter hiess das Schlagwort: «Stadtluft macht frei». Das hiess, wer in die Stadt zu wohnen kam, konnte damals

mit verschiedenen Befreiungen im Berufsleben und im Rechtsschutz rechnen. Damit wurde der Stand eines Stadtbürgers attraktiv gemacht.

Der «Migros-Titel» besetzt die heutige «Stadtluft» negativ. Sicher negativ sind für viele die enormen Angebote, die vielfältigen Eindrücke, die lärmige Kulisse und die oftmals unpersönliche Oberflächlichkeit. – Für viele Menschen stellen diese Faktoren sicher eine Gefahr dar, zu vereinsamen, überfordert zu sein, ja krank zu werden. Für andere liegt in der Vielfalt eine Herausforderung, das zu konsumieren, was Spass macht und was man will – also ein hohes Mass an Freiheit.

Ich denke, der gewählte Titel ist provokativ gemeint und fordert die Leserschaft zum Nachdenken auf, bevor eine Antwort gegeben werden kann.

Ich fordere Euch auf, dies auch zu tun, und bin gespannt auf die Antworten der Leserinnen und Leser, aber auch auf Eure Meinung.

Ich wünsche Euch weiterhin schöne Sommertage in der Stadt oder auch anderswo und verbleibe

*Eure Präsidentin
Christine Heim*