

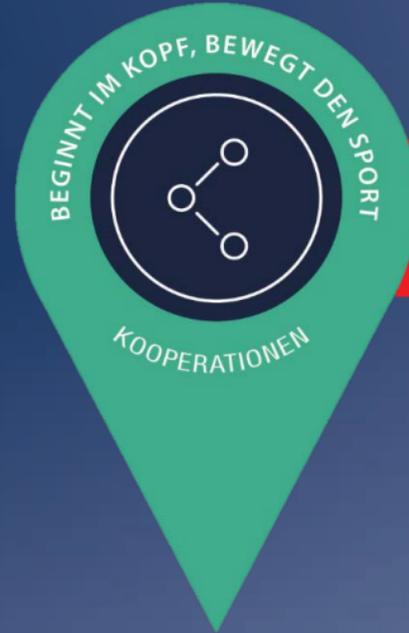


Akademie  
des **Sports**

im LandesSportBund  
Niedersachsen e. V.

# IMPRESSION DEPRESSION

Eine Virtual Reality-Erfahrung  
der Robert-Enke-Stiftung



Montag  
24.01.2022



Neben Freude, Zufriedenheit und anderen positiven Emotionen gehören ebenso negative Emotionen zum menschlichen Leben dazu. So erlebt wohl jeder Mensch im Verlaufe seines Lebens auch Momente der Angst, Phasen der Trauer oder eine Situation der Verzweiflung. Doch wie ist es, wenn bei einer depressiven Erkrankung negative Emotionen das Handeln bestimmen? Wenn Gedanken wie „Ich schaffe das nicht!“ oder „Das hat alles keinen Sinn mehr!“ jedes positive Erlebnis überlagern? Wenn Alltagsaufgaben zu einem unüberwindbaren Hindernis werden? Es fällt schwer, sich als Nichtbetroffener oder Nichtbetroffene die Gedanken- und Gefühlswelt eines oder einer depressiv Erkrankten vorzustellen.

Wir laden Sie herzlich ein, sich der Krankheit Depression mit uns zu nähern:

### **IMPRESSION DEPRESSION - eine Virtual Reality-Erfahrung der Robert-Enke-Stiftung**

Sie findet statt am **Montag, 24. Januar 2022, zwischen 8:00 und 18:30 Uhr**

zu einem von Ihnen gewählten Zeitpunkt in der Akademie des Sports - Standort Hannover.



Gerne unterstützen wir in Zusammenarbeit mit dem Olympiastützpunkt Niedersachsen die Robert-Enke-Stiftung bei ihrem Bemühen, mehr Verständnis für depressiv Erkrankte zu wecken, indem Nicht-Betroffene für die Erkrankung sensibilisiert werden. Zu diesem Zweck werden einzelne Facetten der Gedanken- und Erlebenswelt von depressiv erkrankten Menschen mit Hilfe einer Virtual Reality-Brille dargestellt. Die Teilnehmenden können hierdurch krankheitstypische Symptome wie Antriebslosigkeit, Grübeln oder Ausweglosigkeit in einer Selbsterfahrung realitätsnah miterleben. Bitte berücksichtigen Sie: Das Projekt richtet sich explizit an Nichtbetroffene. Vormalig oder akut depressiv Erkrankte sollten nicht an der Virtual Reality-Erfahrung teilnehmen.

Dr. Hendrik Langen  
Akademieleiter

## **Ablauf und Teilnahme**

Die Teilnahme dauert ca. 90 Minuten und gliedert sich in drei Phasen: (Einführung, Virtual Reality-Erfahrung, Nachbereitung). Das Angebot richtet sich an alle Interessierten ab 18 Jahre, die nicht von einer depressiven Erkrankung betroffen sind.

Wir beabsichtigen, die Veranstaltung mit der 2Gplus-Regel durchzuführen, müssen jedoch die zum Zeitpunkt der Veranstaltung geltenden Vorgaben berücksichtigen.

## **Anmeldung**

Bitte verwenden Sie zur Anmeldung ausschließlich den folgenden Link bzw. den abgebildeten QR-Code:

[www.akademie.lsb-nds.de/anmeldung-impression-depression](http://www.akademie.lsb-nds.de/anmeldung-impression-depression)

Sie werden zu einer Doodle-Umfrage im Auftrag der Robert-Enke-Stiftung weitergeleitet. Tragen Sie bitte dort Ihren Namen ein und wählen bitte Ihre Wunschzeit aus.

Bei Assistenzbedarf rufen Sie uns bitte an oder senden eine E-Mail an die untenstehende Kontaktadresse. Wir helfen Ihnen gerne!

## **Kosten**

Das Projekt wird vollständig durch die Robert-Enke-Stiftung umgesetzt und begleitet. Die Teilnahme ist daher kostenfrei.

## **Kontakt**

Dagmar Krause, [dkrause@akademie.lsb-nds.de](mailto:dkrause@akademie.lsb-nds.de), 0511 - 1268-305

