

Veranstalter:

Der gemeinnützige Verein **Paderborner Bündnis gegen Depression e.V.** ist Mitglied im bundesweiten Netzwerk von über 65 lokalen Bündnispartnern.

Kontakt: Geschäftsstelle, Elisabeth Meyer, c/o LWL – Klinik
Paderborn, Agathastraße 1, 33098 Paderborn
Telefon: 05251 – 295 5488 Di. und Do. 13:00 – 16:00 Uhr

Sie können die Arbeit unseres Bündnisses unterstützen:

Werden Sie Mitglied.

Engagieren Sie sich in einer der Arbeitsgruppen:

- AG Fortbildung/Schulung
Ansprechpartnerin: Hildegard Harmeyer, Tel: 0170-7332533
- AG Selbsthilfe/Angebote für Betroffene und Angehörige
Ansprechpartnerin: Renate Linn, Tel: 05251-8782960
- AG Öffentlichkeitsarbeit
Ansprechpartnerin: Elisabeth Meyer, Tel: 0179-6541399

Oder wirken Sie mit durch Ihre Spende auf das Spendenkonto:
Sparkasse Paderborn-Detmold
IBAN: DE33 4765 0130 0001 0297 84 BIC: WELADE3LXXX

Wir danken für die freundliche Unterstützung von:



**Herzliche Einladung zur Buchlesung
mit Victoria van Violence
St. Liborius Forum, Grube 3
Paderborn
12.06.2019, 18:30 Uhr
Eintritt frei**

Wie ich mich meiner Krankheit stellte und so zu mir selbst fand.

„Lange habe ich es regelrecht geheim gehalten (.). Ich hatte Angst. Angst vor Ablehnung, vor dem großen Stempel. Angst „Schwäche“ zu zeigen. Inzwischen weiß ich, dass ich stark bin.“

Mit diesen Worten hat sich die beliebte Bloggerin Victoria van Violence nicht nur ihren Fans, sondern unzähligen anderen Betroffenen als depressiv offenbart und damit ein Tabu gebrochen: Auch als erfolgreiche, schöne und bewunderte junge Frau kann man knallhart von einer Depression getroffen werden. Authentisch und bewegend erzählt Victoria an diesem Abend von den ersten Anzeichen bis zu ihrer Selbsteinweisung und zeigt, dass eine Depression trotz aller dunklen Seiten auch dazu führen kann, sich mit dem eigenen Leben auseinanderzusetzen und sich Problemen zu stellen.

Was hast du dann gemacht? Was hat dir geholfen?

Ich habe erst einmal nichts gemacht, und es wurde immer schlimmer. Dann kam der Tag, an dem ich dachte, es gibt kein Morgen mehr. Da habe ich mich selbst in die Klinik eingewiesen. Das war der Punkt, der für mich alles verändert hat. In jedem Fall war es richtig und wichtig, dass ich das gemacht habe. Danach habe ich eine Psychotherapie angefangen - das war die beste Entscheidung meines Lebens. Ich habe eine wunderbare Therapeutin. Ich habe jede Woche aus der Therapie neue Erkenntnisse, die mir helfen. Neben der Therapie hat mir geholfen, dass ich mit dem Sport angefangen habe. Durch den Sport habe ich meinen Körper auch mehr gespürt und gemerkt, wozu ich fähig bin und welche Erfolge ich erzielen kann.

Victoria van Violence (eigentliche Victoria Müller) ist nicht nur bekennende Pazifistin, sondern auch Alternativmodel, Bloggerin, Tierschutzaktivistin, Youtuberin, Mensch und Chef ihres Labels The Vicious Circle. Einst im Osten der Republik zur Welt gekommen und in einem Provinznest in der Nähe von Frankfurt am Main aufgewachsen, entdeckte Victoria schon früh ihre Vorliebe für Tattoos und Krawallmusik. Aber auch für Geschichten und das Tippen auf der vererbten Schreibmaschine. Schreiben wurde ihr



Hobby. Tiere auch. Im zarten Alter von 13 gesellte sich das Thema Politik dazu. Punk war schon früh Victorias Katalysator und bereits in der Schule machte sie sich eine eigene Meinung zum aktuellen Weltgeschehen. Während ihres Studiums in Germanistik und Anglistik erschuf sie Victoria van Violence.

Van Violence hat Spaß bei Shootings und Drehs, nutzt die geschaffene Aufmerksamkeit gerne und oft für Themen, die ihr am Herzen liegen und äußert sich auf ihrem Blog und YouTube-Channel gerne und sehr subjektiv zu Dingen, die sie bewegen. Ein buntes Potpourri an trivialen aber auch ernstesten Themen vereint in einer Person.

Wir freuen uns, Sie zu dieser interessanten Buchlesung einladen zu können. Der Eintritt ist frei.

PD Dr. med. Christine Norra

1. Vorsitzende
Paderborner Bündnis gegen Depression e.V.