

# Neue Wege aus der Depression

## Sie leiden aktuell an depressiven Verstimmungen?

Im Rahmen der Studie „Neue Wege aus der Depression“ haben Sie die Möglichkeit, für zehn Wochen kostenlos an einer unserer neuartigen Therapien zur Behandlung von Depressionen teilzunehmen oder in einer Kontrollgruppe mitzuwirken.

## Unsere Angebote

### Boulderpsychotherapie

Wöchentliche Therapiegruppe mit zwei Bouldertherapeutinnen bzw. -therapeuten in der neuen Boulderhalle „Steinbock“ in Erlangen. Bouldern ist das spielerische Klettern ohne Seil in Absprunghöhe, also nahe am Boden.



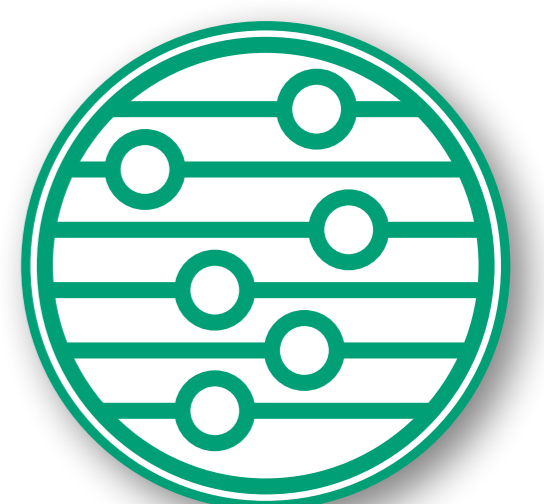
### Therapie mit Mentalen Modellen

Wöchentliche Therapiegruppe mit zwei Psychotherapeutinnen bzw. -therapeuten am Universitätsklinikum Erlangen. Ziel ist es, nachteilige Denkweisen abzulegen und diese durch hilfreiche zu ersetzen.



### Kontrollgruppe

Zunächst kein zusätzliches Therapieangebot. Als Dank erhalten Sie Freikarten für die Boulderhalle oder einen City-Gutschein Erlangen.



### Wann findet die Therapie statt?

An welchem der drei Angebote Sie teilnehmen, entscheidet das Los. Die Therapiegruppen treffen sich immer dienstags **von 16.30 bis 18.30 Uhr**. Die nächsten Durchgänge finden **vom 6. Dezember 2022 bis 28. Februar 2023 und vom 7. März bis 23. Mai 2023** statt.

### Sind Sie interessiert?

Kommen Sie zu einer unserer **Infoveranstaltungen!** Aktuelle Informationen zu den Infoveranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage **[www.depression-neuwege.de](http://www.depression-neuwege.de)** oder **scannen Sie den QR-Code:**

### Nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf:

**E-Mail: [neuwege.ps@uk-erlangen.de](mailto:neuwege.ps@uk-erlangen.de)**

**Tel.: 09131 85-44621**

