



KEIN SATZ WIRD
SO OFT *gelogen*, WIE:

„Es geht mir gut.“



KATHRIN WENZEL

TECHNISCHE UNIVERSITÄT KAISERSLAUTERN
ALLGEMEINER HOCHSCHULSPORT (ZE AHS)
GEBÄUDE 28 | RAUM 110
67663 KAISERSLAUTERN

TEL.: +49 631 205 5774
kathrin.wenzel@hochschulsport.uni-kl.de
www.campusplus.uni-kl.de

CampusPlus



Hier findest
du Hilfe



Depression

INFORMATIONEN &
HANDLUNGSANSÄTZE

 TECHNISCHE UNIVERSITÄT
KAISERSLAUTERN



JEDER 7. STUDIERENDE DER TUK IST VON EINEM DEPRESSIVEN SYNDROM BETROFFEN.



Bist auch du des Öfteren niedergeschlagen, hoffnungslos, müde oder hast andere Symptome von Depressivität?

Du bist nicht alleine damit.

Depressive Symptome sind eines der häufigsten Gesundheitsprobleme Studierender.

Wir haben für dich nach unterschiedlichen **Angeboten** und **Hilfestellungen** gesucht und dir in diesem Flyer überblickend dargestellt. Mithilfe des QR-Codes der Titelseite, gelangst du zur CampusPlus Website, auf der du mehr Informationen zu den einzelnen Ansätzen, sowie weitere Hilfestellungen findest. Willst du direkt zu den Internetseiten der Angebote, kannst du den passenden QR-Codes folgen.

campusplus.uni-kl.de

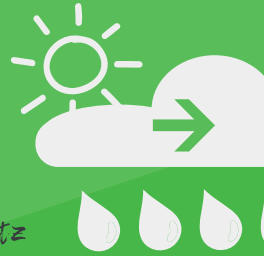


Einfach hier
scannen



10

SOFORTHILFEN GEGEN DEPRESSIVE EMPFINDUNGEN



SELBSTTEST ZUR DEPRESSION
Wie erkenne ich, ob ich betroffen bin?



SPORTANGEBOT
Sport als Therapieansatz



PROFESSIONELLE HILFELEISTUNG
Optimale Diagnostik und Behandlung
→ **TERMINSERVICESTELLE**
vereinbare einen baldigen Termin in deiner Nähe



SMARTPHONE APP
Lerne Krisen abzuwenden



ONLINE SOFORTHILFEN
Anonym. Effizient. Direkt.



ONLINE WORKSHOPS
Stressmanagement und Entspannung



SELBSTHILFEGRUPPEN
Anstausch mit Gleichgesinnten



INFORMATIONSVIDEO
Depression - Was steckt dahinter?



**PSYCHOLOGISCHE
BERATUNGSSTELLE DER TUK**
Nah. Kompetent. Einfach.



RATGEBER DEPRESSION
Themenspezifische Literatur - in der Bib