

Fødselsdagskonference

Håbet om et liv i Balance!

Møgliv! Sådan er følelsen hos tusinder af danskere, der lever med en depression eller bipolar lidelse. For langt de fleste er der dog håb i horisonten. DepressionsForeningen fylder i år 15 år og sætter i den forbindelse fokus på håbet. Håbet om en bedre og mere meningsfuld hverdag – håbet om et liv i balance.

DepressionsForeningen har samlet en bred skare af eksperter og meningsdannere, der alle vil forsøge at give deres bud på, hvordan vi skaber en bedre fremtid for mennesker med depression og bipolar lidelse.

Praktisk info

Tid: Onsdag d. 23. oktober 2013

Sted: Festsalen, Odense Rådhus, Flakhaven 2, 5000 Odense C

Deltagelse er gratis, men tilmelding er nødvendig senest man. d. 14. oktober til sekretariat@depressionsforeningen.dk, eller tlf. 33124727.

Program 23. oktober 2013:

Festsalen, Odense Rådhus

Fokus på patienten – og hvad man selv kan gøre

- 09:00: **Registrering**, kaffe/te med en bolle
- 10:00: **Konferencen åbnes** v/ Formand Bodil Kornbek
- 10:10: **Min vej ud af håbløsheden** v/Mads Trier-Blom
- 10:30: **10 råd til at komme ud af en depression**, v/ Cand. psych. Henrik Tingleff
- 11:00: **Vil du være rask – så skynd dig på arbejde?**, v/ Jesper Karle dr. med.
- 11:30: **Pause**
- 11:40: **Hjernetræning – genvind hukommelsen**, v/ neuropsykolog Louise Meldgaard Bruun
- 12.10-12.50: **Frokostpause**

Fokus på region Syd

- 12.50: **Årets redningsplanke** - Uddeling af DepressionsForeningens ærespris
- 13:00: **Din sygdom er ikke dig – borgeren i centrum for fremtidens psykiatri** v/ Tidl. statsminister Poul Nyrup Rasmussen
- 13:30: **Behandling kan ikke blive for dyr** v/ nationaløkonom Christian Jervelund, Cand.polit.
- 13:55: **Den ideelle organisering? Et eksempel fra Odense** v/praktiserende læge Niels Damsbo, Odense.
- 14:20: **Pause** med kaffe/te og kage
- 14:40: **Hvor er Syddanmark på vej hen?** Kritisk indlæg v/ speciallæge i psykiatri, MSc Bodil Andersen
- 15:00: **Syddanmark gør det godt – et forsvar**, Bente Gertz, regionsmedlem (S).
- 15:20: **Paneldebat:** Regionspolitikere og DepressionsForeningen
- 16:00: **Konferenceafslutning**



Dem kan du møde:



Poul Nyrup Rasmussen

Formand for det Sociale Netværk, der står bag hjemmesiden Psykisksårbar.dk, det årlige Psykiaritopmøde og mange andre aktiviteter for og med psykisk sårbare. Det Sociale Netværk er initiativtager til Headspace-centrene, hvor børn og unge uden ventetid og formularer kan få hjælp og vejledning. Poul Nyrup Rasmussen er tidligere statsminister og tidligere formand for De Europæiske Socialdemokrater.



Mads Trier-Blom

Holder oplæg om sin livshistorie og personlige erfaring med bipolar affektiv lidelse under titlen: "Min vej ud af håbløsheden". "Jeg er mani-depressiv, og synes det er ok at være sin sygdom, så længe man husker at man også er en masse andet. Jeg er også gift med Lotte, far til Liv og Rune, uddannet fysioterapeut, kampkunststudover, foredragsholder, konfliktløser og meget andet." Medlem af DepressionsForeningens bestyrelse og tovholder for foreningens foredragsgruppe.



Henrik Tingleff

Psykolog, Faglig Direktør; Mindwork Psykologisk Center. Henrik er efteruddannet og certificeret i kognitiv terapi ved Beck Institute for Cognitive Therapy and Research, har opnået titel af Diplomate ved Academy of Cognitive Therapy og fungerer ligeledes som Chair of the Education and Training Committee ved International Association for Cognitive Psychotherapy. Han deler sin tid ligeligt mellem terapi, supervision og formidling af kognitive metoder og principper til både fagfolk, virksomheder og klientgrupper. Forfatter til fire bøger om praktisk anvendelse af kognitiv terapi.



Jesper Karle

Ppclinic København og Vejle: Speciallæge i psykiatri, Dr.Med.: Udover arbejdet i de hastigt voksende klinikker, konsulentarbejde for forskellige kommuner. Fokus på helhedsbehandling, der kan fastholde tilknytning eller tilbagevenden til arbejdsmarkedet.



Louise Meldgaard Bruun

Har igennem flere år arbejdet med de kognitive problemer med at huske, koncentrere sig, løse opgaver og træffe beslutninger der ofte følger med, når man oplever en depression. Hun er involveret i udvikling af metoder til at undersøge og behandle disse vanskeligheder, og har særligt fokus på formidle konkrete redskaber den enkelte selv kan anvende for at håndtere og afhjælpe de kognitive vanskeligheder. Louise Meldgaard Bruun er psykolog, og arbejder til daglig i Klinik for mani og depression, Aarhus Universitetshospital, Risskov.



Christian Jervelund

Cand. polit. og partner i konsulentfirmaet Copenhagen Economics, som er specialiseret i hvordan offentlige initiativer og regler påvirker adfærden hos mennesker og i virksomheder. Christians primære fokus er sundhedssektoren, hvor han ser på konsekvenserne for de offentlige finanser og samfundsøkonomien af innovative behandlinger samt sundhedssektorens potentiale for at skabe økonomisk vækst, eksport og nye jobs.



Niels Damsbo

Odense: Speciallæge i almen medicin, lektor ved SDU forskningsenheden for Almen Praksis. Medforfatter til bl.a. kliniske retningslinjer for behandling af depression i almen praksis og referenceprogram for unipolar depression. Har siddet i talrige udvalg, senest regeringens psykiatriudvalg.



Bodil Andersen

Kognitivt center Fyn: Speciallæge i psykiatri, MSc i avanceret kognitiv adfærdsterapi, Oxford. Vidtspændende undervisnings- og supervisionsopgaver af forskellige faggrupper i bl.a. mindfulness og medfølelseterapi.



Bente Gertz

(S) Er medlem af regionsrådet i Syddanmark, formand for socialudvalget, næstformand i psykiatriudvalget og formand for Dialogforum for psykiatrien. Bente Gertz bor i Fredericia, er lærer og studievejleder på en erhvervsskole EUC Lillebælt, hvor hun møder mange unge med depressioner eller andre psykiske lidelser.