



# Medieninformation

Leipzig, den 28. November 2024  
826/mmb

*Das Gesundheitsamt informiert:*

## **Selbsthilfegruppe Depressionen und exzessive Mediennutzung**

In Leipzig gründet sich eine Selbsthilfegruppe für Betroffene mit Depressionen und exzessiver Mediennutzung. Junge Menschen zwischen 18 und 35 Jahren können gern dabei sein. Geplant sind wöchentliche Treffen.

Von allem zu viel: Social Media, Gaming und Streaming in hohen Dosen können in eine Mediensucht führen. Beginn, Dauer und Intensität sind nicht mehr kontrollierbar. Andere Aktivitäten und Kontakte außerhalb der Medienwelt werden vernachlässigt. Einem Bericht der DAK-Gesundheit und des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf zufolge sind deutschlandweit etwa 2,2 Millionen Kinder und Jugendliche gefährdet oder bereits abhängig. Das kann soziale Isolation, Depressionen, Angst- und Panikstörungen, Schmerzen oder den Verlust von sozialen Fähigkeiten zur Folge haben.

Kontakt: [neueSHG.leipzig@gmail.com](mailto:neueSHG.leipzig@gmail.com) +++

### **Gesundheitsamt, Selbsthilfekontakt- und Informationsstelle (SKIS)**

*Ina Klass und Tina Sothmann*

*E-Mail: [selbsthilfe@leipzig.de](mailto:selbsthilfe@leipzig.de)*

*Tel.: 0341 123-6755, -6763, Fax: 0341 123-6758*

*Post: Stadt Leipzig, Gesundheitsamt, SKIS, 04092 Leipzig*

*[www.leipzig.de/selbsthilfe](http://www.leipzig.de/selbsthilfe)*

