

ich bin alles

Bist du oft schlecht drauf?

Hast du keine Motivation mehr
und nichts macht mehr Spaß?

Du willst wissen, wie du
deine psychische Ge-
sundheit stärken kannst?

Du willst eine Freundin oder
einen Freund unterstützen,
die oder der eine Depression hat?

Wusstest du, dass Depressionen zu den
häufigsten psychischen Erkrankungen
bei Kindern und Jugendlichen gehören?

Leider wird die Erkrankung häufig über-
sehen und dadurch zu spät oder gar
nicht behandelt. Das wollen wir ändern!

ich-bin-alles.de

- Für gesunde und an einer Depression erkrankte Kinder und Jugendliche sowie deren Eltern.
- Eine Website sowie Social Media Kanäle wie Instagram und TikTok informieren dich mit Videos, Podcasts und Texten
- Informationen über Merkmale, Ursachen, Häufigkeit und Verlauf einer Depression sowie Hinweise und Tipps, wie du deine psychische Gesundheit stärken kannst und wie Eltern dabei unterstützen können.
- Informationen und Kontaktdaten zu professionellen Anlaufstellen, an die du dich bei Bedarf wenden kannst.
- Wichtig: Die Inhalte des Infoportals beruhen auf wissenschaftlichen Erkenntnissen, sind also vertrauenswürdig.

HIER GEHT'S
ZUM INFOPORTAL



Beisheim Stiftung



Klinik und Poliklinik für Kinder- und
Jugendpsychiatrie, Psychosomatik
und Psychotherapie

Ein Projekt der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie,
Psychosomatik und Psychotherapie des LMU Klinikums und der Beisheim Stiftung.

Weitere Infos findest du auf unserer Website
ich-bin-alles.de oder folge uns bei Social Media.



@ich.bin.alles



@ich_bin_alles_infoportal



ich bin alles



ich bin alles
Here For You