



Café Depresso

Der Mental Health Podcast mit Homajon Sefat und Dr. Katharina Stengl

Ein Kabarettist und eine Psychiaterin treffen sich auf einen Kaffee und plaudern kurzweilig über mentale Gesundheit. Sie bereiten für die Zuhörer*innen Themen wie Depression, Resilienz und Gefühlsregulation niederschwellig und pointiert auf.

Die Gespräche im Café Depresso verstehen sich unter anderem als Orientierung für Betroffene und Angehörige psychisch erkrankter Menschen. Der Podcast möchte dazu beitragen psychische Krankheiten in unserer Gesellschaft zu entstigmatisieren und normalisieren. Denn Mental Health betrifft uns alle, also warum nicht bei einem Kaffee darüber reden?

Dr. Katharina Stengl ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie. Sie studierte in Innsbruck Humanmedizin und arbeitete an der Berliner Charité. Zur Zeit lebt und praktiziert sie in Wien.

Homajon Sefat ist Kabarettist, Autor und Musiker, lebt und arbeitet in Wien. Er kämpft seit Jahren mit Depressionen und erzählt von seinem Leben mit der Krankheit.

Rückfrage Kontakt

Angie Ott

a.ch.ott@thomasmaurer.at

+43 676 54 64 862