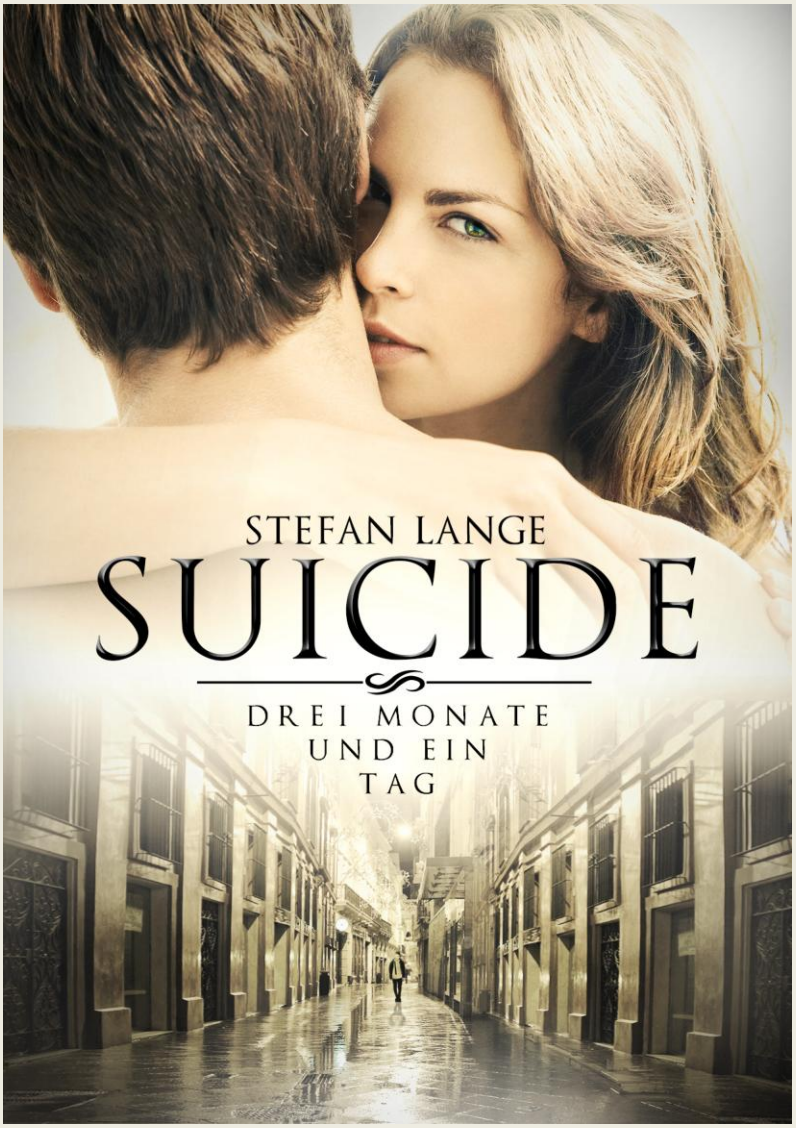
*Begegnung mit einem, der es überlebt hat*




*»Weil es mein Leben ist, das ich leben will …«*

*»Über Depression und Suizid spricht man nicht! Ich schon …«*

**Alle 53 Minuten nimmt sich in Deutschland ein Mensch das Leben, alle 4 Minuten versucht es jemand. In Deutschland sterben mehr Menschen durch Suizid als durch Verkehrsunfälle, Drogen und AIDS zusammen.**

**Stefan Lange ist einer der wenigen Betroffenen, die über einen Suizidversuch sprechen.**

**Was geht in einem Menschen vor, der sich das Leben nehmen will? Wie wird man zum Selbstmörder und was empfindet man bei einem Suizidversuch? Stefan Lange erzählt offen und authentisch, was ihn zu diesem Schritt bewogen hat, wie er überlebte, wo er Hilfe fand und welche Schlüsse er für sein Leben gezogen hat.**

**Autor und YouTuber Stefan Lange gestaltet zusammen mit Ihnen eine Veranstaltung zu den Themen Depression und Suizid. „Ich weiß, wovon ich spreche, denn ich habe einen Suizidversuch überlebt."**

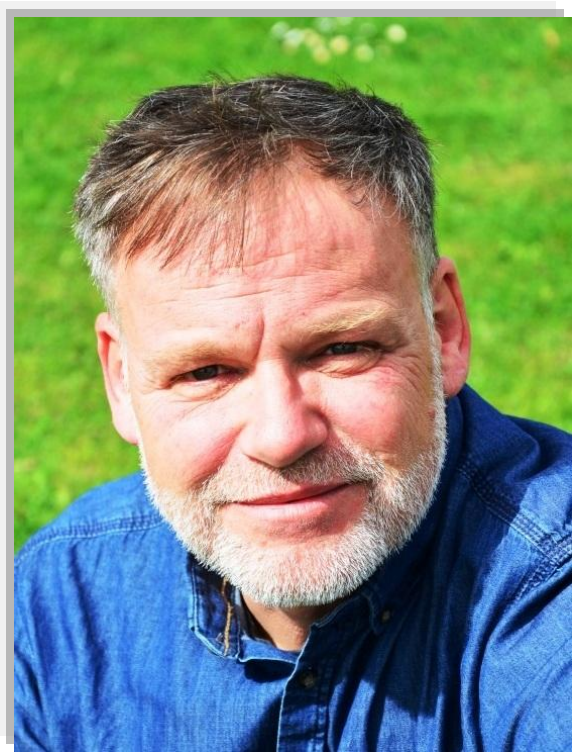
**Der Ablauf der Veranstaltung richtet sich nach den Wünschen des Organisators. Angeboten werden kann eine Lesungen aus meiner Autobiographie SUICIDE oder Ausschnitte aus der 61-teiligen YouTube-Serie »Komm, lieber Tod« mit anschließender Diskussionsrunde (vgl. Punkt 6 Konditionen)**

**Inhaltsangabe**


1. **Vita & Webseite**
2. **Kurzexposé SUICIDE**
3. **Presse & Lesungen/Vorträge**
4. **YouTube-Serie »Komm, lieber Tod«**
5. **Leseprobe**
6. **Konditionen**

## 1. Vita & Webseite [www.stefan-lange.ch](http://www.stefan-lange.ch)

Stefan Lange wurde 1965 geboren. Nach dem Diplom in Betriebswirtschaftslehre führte ihn sein Weg ins andalusische Sevilla. Dort traf Stefan auf Susanne, mit der er eine kurze, aber intensive Beziehung führte. Die Trennung stürzte Stefan in eine schwere emotionale Krise und seinen Suizidversuch hat er mit Glück überlebt. Es dauerte lange, bis er dieses Glück anerkannt hat. Das Schreiben war sein Ausweg. Aus den Aufzeichnungen ist später der biographische Roman SUICIDE entstanden. Im Jahr 2016 veröffentlichte er die 61-teilige YouTube-Serie »Komm, lieber Tod«, in der er offen über seinen Suizidversuch spricht. Stefan Lange engagiert sich als Autor und YouTuber ehrenamtlich in der Suizidprävention.



## 2. Kurzexposé SUICIDE

Stefan Lange ist jung, liebt das Reisen und hat als Akademiker Aussichten auf eine vielversprechende berufliche Zukunft. Es geht ihm gut, er reist 1994 nach Sevilla, um seine Spanischkenntnisse zu vertiefen. Nichtsahnend, dass ihm dort eine große Liebe begegnet, nichtsahnend, dass diese Liebe ihn in die tiefste Depression seines Lebens stürzen wird. Nach monatelangem Leiden sieht er keinen Ausweg mehr und beschließt, seinem Leben ein Ende zu setzen. Er überlebt knapp und kämpft sich wieder zurück ins Leben.

In einer tagebuchartigen Rückblende erzählt der Autor die Geschichte einer passionierten Liebe, eines Lebens zwischen Manie und Depression. Die Sprache besticht durch Klarheit; schonungslos offen, zynisch-brutal und sehnsüchtig-hoffnungsvoll zugleich rührt der Autor mit SUICIDE an ein Tabuthema.

Mit seinem Buch zeigt er als einer der Wenigen eindrücklich die Gedanken und Emotionswelt eines depressiven und suizidalen Menschen auf. Er möchte aufrütteln und aufklären. Der Autor engagiert sich seit Jahren in der Depressions- und Suizidprävention.

## 3. Presse & Lesungen/Vorträge

Seit 2007 diverse Berichte in regionalen und überregionalen Zeitungen sowie Reportagen und Berichte im TV, unter anderem **3sat-Kulturzeit, RTL, ZDF, Dellings-Woche** (WDR) und **Beckmann** (ARD) sowie Schweizer TV-Stationen.

Lesungen und Vorträge bei Kongressen (u.a. Universität Zürich, Bezrikskrankenhaus Bayreuth, Luxembourg, DGPPN-Kongress in Berlin), verschiedenen Vereinen und Privatveranstaltungen in Deutschland, in der Schweiz und in Spanien.

## 4. YouTube-Serie »Komm, lieber Tod«

Mit dem YouTube-Kanal ZQNCE (gesprochen: Sequence) wurde im Frühjahr 2016 die 61-teilige Biographie-Serie **»Komm, lieber Tod«** produziert. In Episoden erzähle ich von meinem Leben mit der Todessehnsucht. Die Serie verzeichnet bereits über 2 Millionen Video-aufrufe mit einem überragenden Feedback der Zuschauer. Sie ist in ihrem Format einzigartig im deutschsprachigen Raum.

Der YouTube-Kanal ZQNCE wurde 2015 mit der ersten Biographie-Serie »**Shore, Stein, Papier«** mit dem Grimme-Online-Award ausgezeichnet.

YouTube-Playlist »Komm, lieber Tod«: http://bit.ly/kommliebertod

## 5. Leseprobe

Eine 18-seitige Leseprobe finden Sie auf meiner Homepage: www.stefan-lange.ch

Auf meinem YouTube-Kanal »**Lange liest aus SUICIDE«** finden Sie eine 20-teilige Videolesung, von mir persönlich gelesen an den Original-Handlungsorten des Buches. Begleiten Sie mich nach Münster, Sevilla und an den Bodensee …

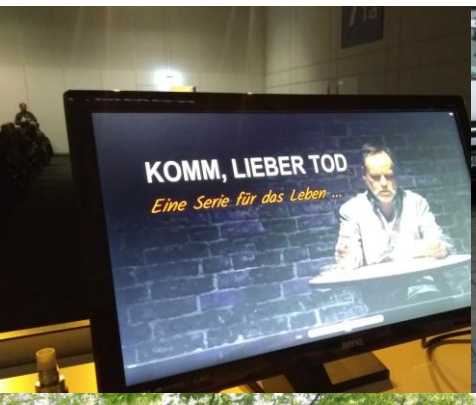
YouTube-Playlist SUICIDE: http://bit.ly/LesungSUICIDE

## 6. Konditionen & Kontakt

Das genaue Programm einer Veranstaltung richtet sich nach Ihren Wünschen bzw. den Vorgaben des Veranstalters. Wichtig sind mir die Begegnung und der gemeinsame Austausch. Als Beispiel gebe ich nachfolgend eine Idee bzw. Auswahl an möglichen Inhalten, ein Mix aus Lesung, Vortrag und Videovorführung.

- **Programm A – Lesung:** aus SUICIDE mit kurzen Ausschnitten aus der YouTube-Serie »Komm, lieber Tod« und anschließende Diskussionsrunde
- **Programm B – Vortrag:** »Wie viel Offenheit verträgt das Thema Suizid?« mit Ausschnitten aus der YouTube-Serie »Komm, lieber Tod« und anschließende Diskussionsrunde
- **Programm C – Video-Session:** Ausschnitte aus der YouTube-Serie (35 Minuten) und anschließende offene Diskussionsrunde

- Honorar nach Vereinbarung zzgl. Fahrtkosten und Spesen
- Autorenstützpunkte in Münster und Zürich

- Kontakt: info@stefan-lange.ch

Vielen Dank für Ihr Interesse!