

Verein pro homine lässt Betroffene mit Depression nicht allein



Angelika Mitterhauser, Tips Redaktion, 10.10.2019 09:29 Uhr

<https://www.tips.at/nachrichten/steyr/land-leute/483772-verein-pro-homine-laesst-betroffene-mit-depression-nicht-allein>



STEYR. Der alljährliche Internationale Tag der seelischen Gesundheit am 10. Oktober klärt verstärkt über psychische Erkrankungen auf. In Steyr setzt der Verein pro homine wichtige Akzente speziell für Menschen mit Depression.

„Die Krankheit trifft jedes Alter“, sagt Obmann und Vereinsgründer Ewald Kreuzer von pro homine. „Am häufigsten von Depression betroffen sind feinfühlig, empathische, oft kreativ sehr begabte Menschen. Sie sind vom System überrollt worden oder haben schwere Schicksale durchgemacht“, erklärt der Steyrer Theologe und Lebensberater.

Vor 23 Jahren für Menschen in schwierigen Lebenssituationen gegründet, war im Verein früh klar, dass es gerade für Betroffene von Depression und deren Angehörige an niederschweligen Angeboten mangelt. Beginnend 1996 in Steyr, installierten Kreuzer und Team entsprechende Selbsthilfegruppen. In Steyr treffen sich nach wie vor jeden zweiten Montag im Monat zwischen fünf und 15 Teilnehmer – Frauen wie Männer – im Dominikanerhaus. Sie erfahren in der offenen Gruppe, dass sie mit ihrem Leid nicht alleine bzw. alleingelassen sind. Neben diskreten Gesprächsrunden und einschlägigen Vorträgen werden immer wieder auch gemeinsame Aktivitäten in der Freizeit umgesetzt. Die oft mit Depression einhergehende Isolation wird dadurch aufgebrochen.

Keine Randerscheinung

Depression ist längst keine gesellschaftliche Randerscheinung. Obwohl sie neben Krebs und Herz-Kreislauf-Problemen zu den häufigsten Krankheiten zählt, hängt oft noch der Mantel des Schweigens über ihr. Noch immer gibt es das Vorurteil, Depression hätte mit Schwäche und Leistungsuntüchtigkeit zu tun. In Behandlung sind mehr Frauen, Suizidopfer sind hingegen zu 80 Prozent Männer.

Was los ist, erkennen die Betroffenen anfangs selbst oft schwer. „Eher ist es das nahe Umfeld, das merkt: Dieser Mensch hat sich merklich verändert“, weiß Ewald Kreuzer. Die Erkrankung sei im Übrigen kein rein psychologisches Phänomen mit den bekannten Symptomen wie Ruhe-, Freud- und Antriebslosigkeit, Suizidgedanken und

Angstzuständen. Betroffene spüren ihre Erkrankung auch körperlich. „Ich habe beispielsweise Licht bzw. Sonne nicht ausgehalten“, erzählt Ilse Ahammer, Peerberaterin der Steyrer Selbsthilfegruppe. Dass sie versteht, wie es Betroffenen geht, gibt ihrer Beratung besondere Qualität.

Gewürdigtes Ehrenamt

Der Verein pro homine wurde heuer bereits mit dem Solidaritätspreis der Kirchenzeitung der Diözese Linz ausgezeichnet. Eben erhielt er zudem den Vereinspreis 2019 der OÖ. Vereinsakademie (Kategorie „Soziales Engagement“). Pro homine funktioniert rein ehrenamtlich und ist auf Spenden sowie Mitgliedsbeiträge angewiesen. Geplant ist für nächstes Jahr übrigens auch ein Buch mit ganz persönlichen Erzählungen betroffener Menschen.

Vortrag 14. Oktober

„Von Depressionen geheilt“ heißt Ewald Kreuzers Vortrag am Montag, 14. Oktober, um 19.30 Uhr im Dominikanerhaus. „Es geht dabei um Wege, aus der Depression zu neuer Lebensfreude zu finden“, so Kreuzer. Auch die Steyrer Selbsthilfegruppe stellt sich vor. Eintritt: 7 Euro

Copyrights © 2019 Tips Zeitungs GmbH & Co KG