

Selbsthilfegruppe gegen Einsamkeit



Angelika Mitterhauser, Tips Redaktion, 05.05.2021 09:00 Uhr

<https://www.tips.at/nachrichten/steyr/leben/533261-selbsthilfegruppe-gegen-einsamkeit>

STEYR. Der Verein pro homine startet im Mai wieder mit begleiteten Selbsthilfegruppen. Die Treffen in Steyr finden im Dominikanerhaus statt.

Seit Beginn der Corona-Pandemie nehmen psychische Belastungen und Erkrankungen zu. Zahlreiche Menschen leiden an Depressionen, Ängsten, Schlafstörungen und Einsamkeit. „In den vergangenen Monaten konnten wir zu Betroffenen und Angehörigen nur per Telefon und WhatsApp Kontakt halten. Zudem haben wir eine Online-Selbsthilfegruppe angeboten“, erzählt pro homine-Obmann Ewald Kreuzer. Der Steyrer Theologe und Diplom-Lebensberater hat mit einem ambitionierten Team ein Netzwerk von Selbsthilfegruppen in Oberösterreich ins Leben gerufen und dafür den Solidaritätspreis 2019 erhalten.



Austausch lebensnotwendig

„Sozialkontakte sind für die psychische Gesundheit wichtig, der Austausch mit anderen Menschen ist lebensnotwendig“, betont Kreuzer. Nach der

coronabedingten Zwangspause sei die Freude deshalb besonders groß, nun wieder regelmäßige Selbsthilfegruppen abhalten zu können. Ab Mai beginnen die Gruppentreffen in Steyr und Vöcklabruck, ab Juni folgt die Gruppe in Wels und ab Herbst auch in Linz. Alle Treffen sind behördlich genehmigt und finden unter Einhaltung der aktuellen Covid-19-Sicherheitsvorgaben (FFP2-Masken, Händedesinfektion, Abstand, Lüften, Erfassung der Kontaktdaten) statt.

Erster Termin am 10. Mai

Das nächste persönliche Zusammenkommen der Steyrer Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischen Belastungen und deren Angehörige ist am Montag, 10. Mai, um 19.30 Uhr im Dominikanerhaus (Grünmarkt 1, zweiter Stock). Das Begleitteam Renate Burgholzer, Ewald Kreuzer und Doris Steinmassl steht den Teilnehmern als Gesprächspartner zur Verfügung. Weitere Treffen folgen jeden zweiten Montag im Monat gleichenorts um 19.30 Uhr.

Nähere Auskünfte unter Tel. 0664/2311570, online auf www.pro-homine.at oder per E-Mail an pro-homine@gmx.at