

Krise trifft steirische

- Etwa 200 Gruppen gibt es im Bundesland
- Sie leiden stark unter der Corona-Pandemie
- Umfrage mit beklemmenden Ergebnissen
- Magazin soll für das Thema sensibilisieren

Die Corona-Krise trifft die Selbsthilfegruppen massiv. „Klar, manches lässt sich via Telefon oder E-Mail organisieren, auch Videokonferenzen helfen“, beschreibt Elisabeth Bachler, die Leiterin der Selbsthilfe Steiermark, die Situation, „aber es ist alles kein Ersatz für persönliche Kontakte“. Für ständige oder psychisch kranke Menschen ist ein Lockdown natürlich eine Katastrophe. Das zeigt auch die Umfrage, die unter den 200 Gruppen über deren Situation bis Ende Juni durchgeführt wurde.

➤ So gaben 61 Prozent der Befragten an, zur Risikogruppe zu gehören.

➤ Auf die Frage „Welche Stimmung haben Sie bei den Gruppenmitgliedern wahrgenommen?“ war „Die regelmäßigen Treffen fehlen sehr“ die häufigste Antwort, gefolgt von „Mitglieder haben berichtet, es geht ihnen psychisch nicht gut“. Auch finanzielle Sorgen, gesundheitliche Probleme und Einschränkungen in der gewohnten Betreuung (Arzt/Therapeut) waren ein

Thema. Zum Zeitpunkt der Befragung (Juni) gaben übrigens 20 Prozent an, dass zumindest eine Person aus der Selbsthilfegruppe an Covid-19 erkrankt war. Eine Gruppe gab sogar bekannt, dass zwei Teilnehmer verstorben waren.

Ärger über Ignoranz und Unvorsichtigkeit

Hier ein paar Antworten von Gruppenmitgliedern, die bei der Umfrage mitgemacht haben:

➤ „Ich habe mir um meine Familie, Freunde und die Mitglieder meiner Gruppe Sorgen gemacht. Die Ignoranz und Unvorsichtigkeit mancher Menschen hat mich sehr geärgert!“

➤ „Bewegungsmangel und keine Therapien führten bei Parkinson zur Verschlechterung. Sozialer Kontakt hat sehr gefehlt, nur online. Allein daheim turnen macht wenig Freude.“

➤ „Ich habe in dieser Zeit keine medizinische Hilfe erhalten, da meine Ärzte und das Spital wegen Corona nicht erreichbar waren.“

➤ „Es war für mich als hochsensibler psychisch beein-



trächtigter Mensch eine Gratwanderung. Einerseits konnte ich die Entschleunigung genießen, andererseits entwickelte ich erneut eine große Angststörung.“

Hörgeschädigte leiden unter Maskenpflicht

Auch viele Gruppen-Leiter meldeten sich zu Wort, hier ein paar Auszüge:

➤ „Zwei Gruppenmitglieder bemerkten kaum Unterschiede zur Vor-Corona-Zeit, da sie sowieso sehr vereinsamt leben.“

➤ „Für hörgeschädigte Menschen sind die Gesichtsmasken eine große Herausforderung im Alltag, digitale Treffen sind für unsere Gruppe schwierig.“

➤ „Die Folgen für uns psychisch kranke Menschen werden unermesslich sein. Wir brauchen wieder Monate und sogar vielleicht Jahre, um wieder eine Stabilität zu erreichen.“

➤ „Ich hoffe, dass unsere Gruppe möglichst bald wieder ihre Tätigkeit aufnehmen kann – es ist schon sehr dringend, wie ich über ein-

zelle Kontakte feststellen musste.“

Neues Magazin soll sensibilisieren

Unter dem Titel „Brücken bauen“ wurde nun ein Magazin der Selbsthilfe Steiermark herausgegeben. 2000 Stück wurden an Apotheken, Ärzte, Krankenhäuser oder Beratungsstellen schon verschickt. „Wir wollen damit Menschen für das Thema Selbsthilfe sensibilisieren. Sie ist eben eine wichtige Ergänzung in der Gesundheitsvorsorge“, betont Bachler. Wer ein Magazin erhalten will, findet online auf selbsthilfe-stmk.at alle Kontaktdaten.

Wie engagiert die vielen Gruppen sind, dafür ist der Verein Achterbahn ein Beispiel. Aktuell werden virtuelle Gesprächsgruppen angeboten, zum Thema Angst und Depression etwa, für junge Erwachsene oder einfach zum Austauschen und Tratschen. Michael Jakl

Nähere Informationen finden Sie auf www.achterbahn.st

Selbsthilfe-Gruppen

Ⓢ An die 200 Selbsthilfe-Gruppen zu verschiedenen Themen-Bereichen gibt es in der Steiermark. Auch sie leiden unter der Corona-Krise.

„Bewegungsmangel und der Stopp von Therapien führte bei Parkinson zur Verschlechterung. Sozialer Kontakt hat sehr gefehlt.“

Ein Umfrage-Teilnehmer

„Für Hörgeschädigte sind die Masken eine große Herausforderung im Alltag, digitale Treffen sind für uns schwierig.“

Eine Gruppen-Vertreterin

Foto: Maltesser.de, Landkreis Lörrach

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG

bmi.gv.at

Keine Zeit für Gewalt!

Nutzen Sie Ihr Telefon oder Internet, um mit Ihren Liebsten in Kontakt zu bleiben und über Ihre Sorgen zu sprechen.

Bundesministerium Inneres

bmi.gv.at/sicherzuhaus

#sicherzuhaus



„In Deutschland ist die Selbsthilfe gesetzlich verankert, das fordern wir auch für Österreich. Mit unserem Magazin wollen wir auch die Professionisten sensibilisieren: Selbsthilfe ist eine wichtige Ergänzung in der Gesundheitsvorsorge.“

Elisabeth Bachler,
Leiterin Selbsthilfe Steiermark