

ZUR SACHE

Im Dachverband der oberösterreichischen Selbsthilfegruppen, „Selbsthilfe OÖ“, sind rund **400 Gruppen** versammelt. Auf der Website sind alle aktuellen Termine und Infos aufrufbar: selbsthilfe-ooe.at

Das **Ordensklinikum Linz** bietet eine große Anzahl an Selbsthilfegruppen zu chronischen Erkrankungen und onkologischen Themen. Infos auf: ordensklinikum.at

Bei der **Caritas OÖ** gibt es eine eigene Servicestelle für pflegende Angehörige. Infos telefonisch unter **0676/87762448** oder online auf: caritas-linz.at

Der Verein **pro homine** bietet Unterstützung für Menschen mit psychischen Erkrankungen und deren Angehörige an. Infos: pro-homine.at

Die **Anonymen Alkoholiker** haben mehrere Gruppen in Linz. Informationen unter: anonyme-alkoholiker.at

Elternberatung wird auch jetzt angeboten

LINZ. Um das Wohl der Kinder zu gewährleisten, müssen Eltern bei einvernehmlicher Scheidung eine gesetzlich verpflichtende Elternberatung in Anspruch nehmen. Normalerweise finden diese Beratungen in Form von Vorträgen statt. In Zeiten von Corona können Eltern das Angebot beim OÖ Familienbund aber auch persönlich oder online in Form von Einzel- oder Paarberatungen in Anspruch nehmen. Ein Termin kann telefonisch oder per E-Mail vereinbart werden.

0676/9555186 oder familienberatung.linz@ooe.familienbund.at



Der OÖ Familienbund bietet auch jetzt Beratung an. Foto: OÖ Familienbund

„Online-Treffen sind oft nur Notlösungen“

Zoom-Meetings können echte Treffen von Selbsthilfegruppen nur schwer ersetzen. Es ist aber „besser als nichts“.

VON SILVIA GSCHWANDTNER

LINZ. Seit einem Jahr sind die Aktivitäten von Selbsthilfegruppen nur eingeschränkt möglich. Viele versuchen via Zoom oder telefonisch die Betreuung aufrechtzuerhalten, aber der persönliche Kontakt fehlt. „Was die Selbsthilfegruppen während der Pandemie besonders hart trifft, ist die Einschränkung der physischen Gruppentreffen, die für viele Krankheiten einen therapeutischen Charakter haben. Wünschenswert wäre, wenn Selbsthilfegruppen und -organisationen als systemrelevant anerkannt würden, damit sie ihre Gruppentreffen auch unter Lockdown-Bedingungen abhalten können“, meint Oskar Meggeneder, Obmann des oö. Dachverbands der Selbsthilfegruppen (Selbsthilfe OÖ).



„Wünschenswert wäre, wenn Selbsthilfegruppen als systemrelevant anerkannt würden.“

Foto: Selbsthilfe OÖ

OSKAR MEGGENEDER

In den letzten Monaten versuchte der Dachverband seine Mitglieder in puncto Digitalisierung so gut wie möglich zu unterstützen. „In manchen Gruppen funktionieren die virtuellen Treffen ganz gut. Bei anderen ist der persönliche Kontakt einfach notwendig“, berichtet Manuela Bruckmüller, Geschäftsführerin der Selbsthilfe OÖ. Geht es um reine Information und Beratung – das betrifft hauptsächlich chronische Erkrankungen und die Krebsnachsorge – funktio-



Selbsthilfegruppen können sich seit einem Jahr nicht treffen. Online-Angebote helfen zwar, können aber persönlichen Kontakt nicht ersetzen. Foto: Iby

niere das Online-Angebot gut. Bei Suchterkrankungen, psychischen Problemen, Gruppen, die sich zu körperlichen Aktivitäten treffen, und für Angehörige sei ein Zoom-Meeting oft nur eine Notlösung. „Wo es in die Tiefe geht, da braucht es den persönlichen Austausch“, meint Bruckmüller.

Großer Digitalisierungsschub

Von positiven Erfahrungen mit digitalen Angeboten berichtet Anna Hochgerner. Sie koordiniert am Linzer Ordensklinikum 18 Selbsthilfegruppen. „Uns hat die Situation gewissermaßen einen Digitalisierungsschub gebracht“, so Hochgerner. Seit dem ersten Lockdown werden Online-Sprechstunden sowie Fachvorträge via Zoom angeboten. Diese sind von Anfang an gut besucht. „Es hat den Vorteil, dass man nicht vor Ort sein muss“, sagt Hochgerner,



„Unsere Teilnehmer sind meistens älter und oft sehr unerfahren mit dem Internet.“

Foto: MAS Alzheimerhilfe

KARIN LASCHALT

„trotzdem besteht ein großer Wunsch nach echten Treffen.“ Ähnliches berichtet auch Karin Laschalt von der MAS Alzheimerhilfe. Sie leitet die Demenzservicestellen Linz-Urfahr und

Rohrbach. „Wir haben bereits im ersten Lockdown mit unseren digitalen Angehörigentreffen gestartet“, erzählt die diplomierte Sozialarbeiterin. Zu Beginn hätte es sehr viel Erklärung gebraucht, um die technischen Hürden zu überwinden. „Unsere Teilnehmer sind älter und oft sehr unerfahren mit dem Internet“, so Laschalt. Mittlerweile hätten sie aber ihre anfänglichen Hemmungen abgelegt. Eine Gruppe trifft sich jetzt jede Woche online.

Rückfall im Lockdown

Manche Gruppen treffen die Einschränkungen durch die Pandemie härter: „Bei einer Alkohol-Entwöhnung ist die Nachbetreuung extrem wichtig und die Rückfallquote sowieso hoch“, erzählt Werner. Er ist bei den Anonymen Alkoholikern (AA) aktiv und selbst seit mehr als 30 Jahren trocken. Während des letzten Jahres sei der Kontakt zu einigen Mitgliedern komplett abgebrochen. Auch die AA veranstalten regelmäßige Zoom-Meetings. „Alkoholismus quält manche sehr in dieser Zeit“, berichtet Werner, „ein Kollege hatte jetzt gerade einen Rückfall und gibt als Grund die Isolation im Lockdown an. Das ist sehr schade.“

Artikel in Langversion online lesen auf: meinbezirk.at/4521197