Es ist kein einsamer Weg

Diese Angebote des KISS gibt es für Menschen, die aktuell seelische Unterstützung brauchen.

WEISSENBURG – Die Selbsthilfearbeit steht auch in der aktuellen Corona-Krise nicht still und ermöglicht Menschen trotzdem miteinander in Kontakt zu bleiben. Die Selbsthilfekontaktstellen in Mittelfranken bieten für Menschen, die in der Krise dringend Gespräche über ihre Probleme brauchen, derzeit verschiedene moderierte Gruppenchats und Gruppen-Videogespräche an.

Verschiedene Online-Angebote sind neu geschaffen worden und etliche Selbsthilfegruppen sind vorübergehend auf die datensichere Plattform Kiss. On gewechselt oder nutzen andere Medien, um miteinander in Kontakt zu bleiben. Neue Selbsthilfegruppen entstehen per Videotalk, die entweder vorübergehend oder dauerhaft den für sie wichtigen Erfahrungsaustausch über ihr Thema oder ihre Erkrankung erhalten wollen.

Kiss Mittelfranken – mit seinen fünf Standorten in Nürnberg, Hersbruck, Roth, Ansbach und Weißenburg – unterstützt in allen Fragen rund um die Selbsthilfe, ob nun bei Fragen zu den Ausnahmen von Präsenztreffen wie auch beim Einstieg in die Online-Selbsthilfe. Darüber hinaus werden regelmäßig moderierte Schreibchats für Betroffene angeboten, die auf der Homepage Kiss Mittelfranken zu finden sind.

In diesen Gruppenchats können Interessierte anonym teilnehmen und unverbindlich die Stärke von Selbsthilfe kennenlernen. Immer wieder ergibt sich daraus auch ein Videotalk oder eine Gruppengründung. Gerade in Zeiten, wo viele Menschen sich Sorgen machen, Zukunftsangst und Einsamkeit spüren, ist der Kontakt und Austausch mit anderen



Die Online-Angebote der Kiss Mittelfranken dienen auch dann zum Austausch, wenn der Lockdown seelisch zu schaffen macht.

in ähnlichen Lebenslagen eine wichtige Hilfe. Die Online-Angebote umfassen ganz unterschiedliche Themen wie Depression, Sucht, Fibromyalgie, Krebs, Ängste, aber auch die Folgen in Zusammenhang der Corona-Pandemie.

"Mittlerweile treffen wir auch immer mehr Menschen bei unseren Angeboten, die vorher online wenig unterwegs waren. Aber mit dem anhaltenden Lockdown und den damit einhergehenden Kontaktbeschränkungen wächst auch bei ihnen das Bedürfnis, ihre Gedanken und

Gefühle mitteilen zu wollen. Etliche kämpfen stark mit verschiedenen Ängsten und Einsamkeit. Da ist die Selbsthilfe ein guter Rahmen, neue Kontakte aufzubauen, die zunächst online und später sogar persönlich eine Bereicherung für den weiteren Lebensweg sein können", erklärt Tanja Günther, Kiss Weißenburg-Gunzenhausen. Wer Interesse am Erfahrungs- und Informationsaustausch mit anderen hat, kann sich an die jeweilige Kontaktstelle vor Ort wenden, die unter www.kiss-mfr.de zu finden ist.