

# Corona und die Folgen für die Seele

Bündnis gegen Depression bietet vier **TELEFONBERATUNGEN**.

**NÜRNBERGER LAND.** Wenn trotz Lockerungen Ängste, das Gefühl des Isoliertseins und Rückzug weiter bestehen, ist jetzt der Zeitpunkt, sich Hilfe zu holen. Deshalb bietet das Bündnis gegen Depression im Nürnberger Land Telefonsprechstunden zum Thema „Eineinhalb Jahre Corona – wie geht es unseren Seelen?“ an.

Experten aus dem Vorstand des Bündnisses stellen sich an vier Terminen den Fragen von Betroffenen. Durch die Dauer der Einschränkungen und Belastungen hat sich die Situation von depressiven Menschen verschlechtert oder es sind neue Erkrankungen aufgetreten. Die Situation durch Kontaktbeschränkung, soziale Distanz, Einsamkeit und Ängste hat Bewältigungsstrategien bei bestehenden Depressionen gefährdet, aber kann auch zum ersten Mal zu depressiven Krisen führen. Die Mitglieder des Vorstandes beraten an vier aufeinanderfolgenden Mittwochen, immer von 16 bis 17 Uhr.

Am Mittwoch, 14. Juli, von 16 bis 17 Uhr berät Brigitte Bakalov, Sozialpä-

dagogin bei Kiss Nürnberger Land, zu Fragen über „Corona – Einsamkeit und der Wunsch nach zwischenmenschlichen Kontakten“. Brigitte Bakalov hat einen Überblick über die aktuelle Situation der Selbsthilfegruppen und die Möglichkeiten, mit anderen Gleichbetroffenen in Kontakt zu kommen.

## Unterstützung im Landkreis

Am 21. Juli von 16 bis 17 Uhr gibt es die telefonische Möglichkeit für Menschen mit einer psychischen Erkrankung, oder Menschen, die sich von einer solchen Erkrankung bedroht fühlen, und deren Angehörige und Freunde, über ihre Situation zu sprechen. Sie werden zu Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten im Landkreis beraten. Ihr Gesprächspartner ist Michael Schubert, Bereichsleitung Psychiatrie, beim Caritasverband Nürnberger Land.

Die Telefonsprechstunde am 28. Juli von 16 bis 17 Uhr wird von Ernst Höfler, Oberarzt der Frankenalb-Klinik Engelthal und Vorstand des

Bündnisses gegen Depression angeboten. Allgemeine Fragen zum Thema „Depressionen in Zeiten von Corona“, zum Umgang mit Ängsten und Unsicherheit sowie Behandlungs- und Unterstützungsmöglichkeiten können besprochen werden.

Am Mittwoch, 4. August, von 16 bis 17 Uhr ist Susanne Jeschke, Psychologische Psychotherapeutin in der Frankenalb-Klinik Engelthal mit dem Schwerpunkt „Depression im Alter“ zu erreichen. Fragen zum Thema „Folgen lang andauernder sozialer Distanz wegen Corona“ können besprochen werden. Ängste, sozialer Rückzug und Einsamkeitserleben haben zugenommen. Es kann schwierig sein, die Tagesstruktur aufrechtzuhalten.

## INFORMATIONEN

Die Ansprechpartner sind unter 09151/9084494 bei Kiss Nürnberger Land zu erreichen. Nähere Informationen zum Bündnis gegen Depression im Nürnberger Land finden Sie unter [www.buendnisgegen-depression-nbgland.de](http://www.buendnisgegen-depression-nbgland.de)

PA 13.7.21