

Stadtrat Robert Krotzer. Presseunterlagen

12. September 2023

„Du bist nicht allein!“

Das ist die neue Anti-Stigma-Kampagne zur Seelischen Gesundheit der Stadt Graz

Psychische Erkrankungen sind noch immer oft ein Tabu, obwohl sie viele Menschen betreffen. Dher startet die Stadt Graz eine umfassende Kampagne zur Seelischen Gesundheit unter dem Motto „Du bist nicht allein!“ die mehrere Ziele verfolgt. Einerseits soll die Bevölkerung sensibilisiert und informiert werden, es sollen Tabus durchbrochen und das Reden über psychische Probleme zur Normalität werden. Andererseits rücken durch die Kampagne auch alle Maßnahmen zur psychischen Stabilität in den Fokus, die die Stadt Graz fördert. Die verschiedenen Einrichtungen bieten eine Vielzahl an niederschweligen und professionellen Angeboten, die alle dazu dienen, Erkrankungen der Psyche bestmöglich zu behandeln.

Die Kampagne beinhaltet drei Plakatsujets und arbeitet zwischen Mitte September und Mitte November mit Hörfunkspots, Videos, Social Media, Podcasts, Postkarten, Plakaten, Einschaltungen in Zeitungen, Informationsveranstaltungen, Filmvorführungen und Infoscreens. Dadurch kann ein Großteil der Grazer:innen erreicht werden. Die Porträtierten sind Freiwillige aus Graz, denen das Thema ein großes Anliegen ist.

Bei körperlichen Beschwerden ist es ganz üblich, einen Arzt aufzusuchen. Wir wollen im Interesse aller Betroffenen einen Beitrag dazu leisten, dass auch bei psychischen Erkrankungen Hilfe einfacher zugänglich ist“, erklärt der Grazer Gesundheitsstadtrat Robert Krotzer (KPÖ).

Niederschwelliger Zugang zu Anbieter:innen und Gesundheitsdienstleister:innen

Die Kampagne dient dazu, die zahlreichen Angebote für die Seelische Gesundheit noch bekannter zu machen.

- Das Gesundheitsamt der Stadt Graz organisiert am **Dienstag, 24. Oktober 2024** eine Informationsveranstaltung zum **Tag der seelischen Gesundheit**. Diese wird von 15:00 bis 18:30 im Großen Saal der Arbeiterkammer Graz stattfinden. Bei dieser Gelegenheit wird die breite Palette an Einrichtungen der psychosozialen Versorgung in Graz sichtbar gemacht werden.
- Am 11. Oktober findet im [KIZ Royal Kino](#) in Kooperation mit [BÖP](#), [STLP](#) und [Verrückt! na und?](#) zwei Filmvorführungen zum Thema Seelische Gesundheit statt. Um 8:30 Uhr findet die Schulvorstellung mit dem Film „Die vier Könige“ statt, um 18:00 folgt „Empire of lights“. Anschließend findet eine Podiumsdiskussion zum Thema psychische Erkrankung am Arbeitsplatz statt.
- ["Beim Reden kommen die Leut' z'samm"](#) organisiert vom Verein Achterbahn und dem Gesundheitsamt der Stadt Graz geht in die 3. Runde! Am 28.09.2023 findet von 15 bis 18 Uhr das Informationsfest in gewohnter Art und Weise beim Café Zapo im Park in Graz statt! Bei der Veranstaltung bekommt man hilfreiche Tipps und Infos bei Vertretungen unterschiedlicher Einrichtungen aus der psychosozialen Versorgung. Dieses Jahr liegt der Schwerpunkt auf dem reichhaltigen Angebot für Kinder, Jugendliche und Familien im Raum Graz.

- Mit [Psychoanalyse im Park](#) in Kooperation mit Ruth Neumeister startete im Juni im Grazer Augarten ein individuelles und kostenloses Angebot zur seelischen Gesundheit. Ohne Voranmeldung können Grazer:innen eine Sprechstunde in Anspruch nehmen. Psychoanalyse im Park ermöglicht ein erstes Kennenlernen von psychoanalytisch-psychotherapeutischem Herangehensweisen. Dieses Angebot nimmt damit auch eine Brückenfunktion ein, falls in der Folge weitere psychotherapeutische Maßnahmen für sinnvoll erachtet werden.
- Während der [Chatwoche Seelische Gesundheit](#) beraten verschiedene Einrichtungen kostenfrei Personen, die auf der Suche nach Hilfe bezüglich ihrer seelischen Gesundheit sind. Denn Ängste, Unsicherheiten, Einsamkeit und soziale Isolation können das psychische Wohlbefinden beeinträchtigen. Darüber zu reden kann helfen, schließlich ist man zusammen weniger allein. Die Chatwoche ist ein Projekt der Stadt Graz in Kooperation mit der [Telefonseelsorge Graz](#).
- Am 20. Mai 2023 fand der [Fellows Ride](#) erstmalig in Graz statt. Unter dem Motto „Mit offenem Visier für Depressionshilfe“ trafen sich Biker:innen zu einer gemeinsamen Motorrad-Ausfahrt, um auf die Volkskrankheit Depression aufmerksam zu machen. Nach der Begrüßung am Grazer Hauptplatz führte die Route quer durch die Steiermark bis nach Bad Gleichenberg. Dabei wurden Spenden für den gemeinnützigen [Verein Achterbahn](#) gesammelt.

Professionelle Angebote

- Die Gesundheitsdreh Scheibe ist eine neue Beratungseinrichtung des Gesundheitsamts der Stadt Graz. Durch die zentrale Lage und die gute Erreichbarkeit baut die Stadt soziale und sprachliche Hürden im Gesundheitswesen ab. Die Mitarbeiter:innen helfen beim Zugang zum Medizinsystem, beim Management chronischer Erkrankungen und bei der persönlichen Gesundheitsvorsorge. Die Dreh Scheibe wirkt dadurch als niederschwellige Verbindung zwischen Allgemeinmediziner:innen, psychosozialen Einrichtungen und der lokalen Bevölkerung. Die Gesundheitsdreh Scheibe bietet eine breite Palette von Angeboten zur Förderung der Gesundheit, die von der persönlichen Beratung, über Informationsveranstaltungen bis zur Weiterbegleitung zu Angeboten in Bereichen wie Kultur, Freizeit und Wohlbefinden reichen. Das Team besteht aus vier Pflegefachkräften als Community Nurses, einer Sozialarbeiterin, einer Psychotherapeutin und einer Physiotherapeutin. Zudem bestehen bereits zum Start Kooperationen mit ausgewählten Bereichen der Krankenversorgung, in denen das Team der Gesundheitsdreh Scheibe gemeinsam mit der Gesellschaft für Seelische Gesundheit (GFSG), der Marienambulanz, der Pflegedreh Scheibe, dem Verein Wegweiser zusammen arbeitet.
- Der Verdacht oder die Diagnose einer Demenzerkrankung geht mit vielen Fragen einher. Betroffene und Angehörige brauchen Orientierung. Sie müssen wissen, welche Schritte je nach Schweregrad der Erkrankung notwendig sind und wo man dann passende Hilfe in Graz finden kann. Das alles zeigt ein [Ratgeber](#), der von der [Steirischen Alzheimerhilfe SALZ](#) und der Stadt Graz herausgegeben wird. Dieser liegt nun in einer Neuauflage vor und ist jetzt wieder bestellbar. Der Wegweiser skizziert den wahrscheinlichen Verlauf der Erkrankung, zeigt passende Unterstützungsmöglichkeiten auf und will dadurch Handlungsmöglichkeiten für Betroffene und Angehörige sichtbar machen.
- Das Projekt [Zuverdienst](#) von [pro mente Steiermark](#) wird vom [Sozialamt der Stadt Graz](#) gefördert und bietet Menschen mit psychischen Erkrankungen stundenweise berufliche Teilhabe. So erhalten sie Struktur, ein Stück Sicherheit und können ihr Selbstwertgefühl wiederaufbauen. Personen mit psychischen Erkrankungen fällt es oft schwer, Anschluss zu finden oder einer geregelten Tätigkeit nachzugehen. Bis zu zwanzig Betroffene können drei bis sechs Stunden pro Woche in vier verschiedenen Betrieben von [pro mente Steiermark](#) arbeiten und erhalten dafür zehn Euro pro Stunde.

- Das Grazer [Alterspsychiatrische Modell](#) sieht vor, die bewährten, bereits bestehenden Strukturen noch mehr miteinander zu vernetzen, sie zu stärken und auszubauen. Eine wesentliche Rolle werden Präventionsmaßnahmen spielen. Besonders bei Demenzerkrankungen, aber auch bei allen anderen psychischen Erkrankungen im Alter ist dieser Zugang immens wichtig. Seit dem Jahr 2003 hat die Stadt Graz bereits zahlreiche wichtige Leuchtturmprojekte auf den Weg gebracht, die die alterspsychiatrische Versorgung garantieren. Dazu gehören die Pflegedrehscheibe, die Alterspsychiatrische Beratungsstelle, die mobile alterspsychiatrische Betreuung, die ehrenamtlichen Projekte PIA – „PartnerIn im Alter“, Sopha und Stube - „Stundeweise Betreuung“ sowie die Demenztagesstrukturen.
- Das Projekt [Sopha](#) der Gesellschaft zur Förderung seelischer Gesundheit GFSG bietet eine mobile gerontopsychiatrische Betreuung zu Hause bzw. im sozialen Umfeld der zu betreuenden Person. Ziel ist die Betreuung älterer Menschen mit sozialpsychiatrischen Problemstellungen durch Hausbesuche sowie die Entlastung des sozialen Netzwerkes, um den Verbleib in der gewohnten Wohnumgebung zu gewährleisten.
- Das Projekt [StuBe](#) bietet Angehörigen alterspsychiatrisch erkrankter Personen stundenweise Entlastung. Der Schwerpunkt liegt hierbei auf Menschen mit Demenzerkrankungen. Betroffene Angehörige haben ein erhöhtes Risiko einer Co-Erkrankung, etwa in Form von Burn Out. Durch die stundenweise Betreuung können Angehörige Kraft tanken und Atem holen, während die Angehörigen auch weiterhin gut versorgt sind.
- [PIA - PartnerIn im Alter](#) ist ein 2010 gegründetes ehrenamtliches Projekt. Hier werden Menschen mit alterspsychiatrischen Erkrankungen betreut und das zum Teil über viele Jahre. Dadurch entstehen Freundschaften, soziale Isolation und Einsamkeit im Alter können vermieden werden. Die ehrenamtlich Tätigen sind dabei mit Erkrankungen, Einsamkeit, Ängsten, Endlichkeit etc. konfrontiert und entsprechend belastet, weshalb auch sie professionell begleitet werden.
- Das Seminar [Erste Hilfe für die Seele](#) von [pro mente austria](#) vermittelt Grundwissen zu psychischen Erkrankungen. Konkrete Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Problemen und Krisen werden erlernt und geübt. Teilnehmer:innen erhalten Basiswissen zu psychischer Gesundheit und Krankheit, lernen Erste Hilfe für psychische Gesundheit in fünf Schritten kennen und beschäftigen sich mit den häufigsten bzw. schwerwiegendsten psychischen Erkrankungen (Depression, Angststörungen, Psychose und Suchterkrankungen). Erste Hilfe bei Krisensituationen wird im Verlauf des Seminars ebenso besprochen und geübt, wie die Ansprache und Unterstützung von Menschen, bei denen sich erste Anzeichen einer psychischen Erkrankung zeigen. Das Gesundheitsamt stellt hier zwei Kurse, durchgeführt von pro mente Steiermark, für Angehörige und Betroffenen zur Verfügung und ermöglicht so eine kostenlose Teilnahme.

Rückfragehinweis: Peter März (Büro Stadtrat Mag. Robert Krotzer): 0316 – 872 2075