

# AM•PUNKT

Themen rund um psychische Gesundheit  
gestaltet von Mitarbeiter\*innen, Angehörigen & Betroffenen

## EDITORIAL

### „Nichts ist so beständig wie der Wandel“

– dieses Zitat von Heraklit v. Ephesus scheint uns gerade in Zeiten wie diesen genauso aktuell zu sein wie vor ca. 2500 Jahren.

Die vorliegende 10. Ausgabe von AM PUNKT steht daher auch ganz im Zeichen des Wandels. Das Redaktionsteam aus Betroffenen und Mitarbeiter\*innen hat sich diesmal intensiv mit Übergängen verschiedenster Art beschäftigt und wir präsentieren Ihnen, liebe Leser\*innen, mit großer Freude diese Jubiläumsausgabe von AM PUNKT.

Die zunehmende Komplexität der Systemumwelt brachte in den vergangenen Jahren auch immer wieder Übergänge und Wandel für die PSZ gGmbH mit sich. In der jüngsten Vergangenheit zeigte sich diesbezüglich eine besondere Dynamik: Nicht nur die Corona-Pandemie mit all ihren unmittelbaren und mittelbaren Auswirkungen oder aktuell der Krieg in der Ukraine fordern uns, auch Megatrends wie Digitalisierung, Fachkräftemangel oder demografischer Wandel wirken sich aus. Auch unsere Zielgruppen verändern sich und mit ihnen die Bedarfe unserer Klient\*innen. Dies bedingt ständige Weiterentwicklung und Anpassung.

Und dadurch entstehen Übergänge – auf Ebene der Organisation, auf Ebene unserer Dienstleistungen und Angebote, auf individueller Ebene. Diese nötigen Übergänge sind nicht immer leicht. Sie bedingen oft ein Verlassen der „Komfortzone“ und können mit Verunsicherung einhergehen.



Übergänge erlauben aber auch immer ein Betreten und Erkunden der Lernzone. Sie ermöglichen Wachstum und Weiterentwicklung.

Denken wir nur an die Digitalisierung der psychosozialen Arbeit! Vieles, was vor Corona undenkbar, nicht professionell oder vielleicht zu wenig klient\*innenzentriert schien, hat sich in kürzester Zeit als gute Ergänzung unserer Tätigkeit erwiesen. Sehr viele dieser „Notlösungen“ sind – weiterentwickelt und verbessert – inzwischen fester Bestandteil des Angebotes.

Als Organisation erleben wir dies – neben allen Herausforderungen, die ständige Veränderung mit sich bringt – auch als wertvolle Gelegenheit zur Weiterentwicklung und nutzen dies zur Verbesserung unserer Dienstleistungen sowie als Möglichkeit zur aktiven Ausgestaltung eines von hoher Fachlichkeit geprägten Angebotes für unsere Klient\*innen auch sehr gerne und gezielt.

Einen Übergang der besonderen Art haben wir mit Jahresende 2021 auch als Organisation eingeleitet. Der lang und gut vorbereitete Wechsel in der Unternehmensleitung der PSZ gGmbH anlässlich der Pensionierung des langjährigen Geschäftsführers Mag. Martin Kaukal ist ebenfalls ein Übergang mit großer Auswirkung. Mit dieser Jubiläumsausgabe von AM PUNKT darf ich mich daher auch als neue Geschäftsführerin der PSZ gGmbH bei Ihnen, liebe Leser\*innen, vorstellen. Ich freue mich, meine Erfahrung aus mehr als zwei Jahrzehnten meiner Tätigkeit in der Sozialwirtschaft nun in meine neue Aufgabe hier einbringen zu können.

Ich möchte an dieser Stelle auch die Gelegenheit nutzen, mich ganz besonders bei Mag. Martin Kaukal zu bedanken – für die interessante und intensive Zeit meines Einstiegs, die gute und präzise Vorbereitung dieses Übergangs, der nun mit Mitte April 2022 tatsächlich vollzogen ist. Stellvertretend für alle Mitarbeiter\*innen darf ich auch DANKE für die langjährige erfolgreiche Führung der PSZ sagen, auf die wir nun gemeinsam aufbauen können. Das Tolle an Übergängen ist ja auch, dass auf Bewährtem aufgesetzt

und sich daraus Neues auf sicherem Boden entwickeln kann.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine spannende Lektüre dieser 10. Ausgabe von AM PUNKT und lade Sie wie immer an dieser Stelle ein, Ihre Rückmeldungen und Anregungen gerne an unser Redaktionsteam zu übermitteln.



M. Mayrhofer  
Geschäftsführerin

„Mit der Entscheidung für Marlene Mayrhofer sind wir uns sicher, aufgrund ihrer Persönlichkeit, ihres Hintergrundes und ihrer beruflichen Erfahrungen, die PSZ zukunftsfähig weiterentwickeln zu können. Wir danken auch Martin Kaukal für den unermüdlichen Einsatz für die Klient\*innen und Mitarbeiter\*innen der PSZ. Durch seine Führung der PSZ steht diese auf soliden wirtschaftlichen Beinen und verfügt über eine entsprechende Unternehmensstruktur, um auf aktuelle Herausforderungen zu reagieren und in Innovationen und Entwicklungen investieren zu können.“

Vorstandsvorsitzender W. Grill



Antrittsbesuch von M. Mayrhofer mit M. Kaukal bei Landesrätin Teschl-Hofmeister

Die 10. Ausgabe von AM PUNKT beschäftigt sich in einigen Artikeln mit dem Thema „Übergänge“. Übergänge begleiten uns ein Leben lang und meist sind es Zeiten besonderer Veränderungen, die oftmals auch mit Herausforderungen verbunden sind. So ist z.B. der Übertritt vom Kindergarten in die Schule, vom Jugendlichen zum Erwachsenen oder vom Berufsleben ins Pensionsalter eine Zeit großer Veränderungen. So auch bei mir. Dies ist die letzte Ausgabe von AM PUNKT, die ich als Geschäftsführer der PSZ gGmbH mitgestalte. Anlass auch für mich auf einige „Übergänge“ bzw. besondere Veränderungen in den 30 Jahren meiner Tätigkeit in unserer Organisation, davon 22 Jahre als Geschäftsführer, zurückzublicken. Auch wenn diese Veränderungen nicht immer Zeitenwenden waren, so waren sie doch oftmals der Beginn einer neuen Entwicklung mit bleibenden Veränderungen in der Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen.

Als ich 1992 in den Verein Psychosoziales Zentrum eintrat, um gemeinsam mit einigen Kolleg\*innen die Arbeitsassistenz zu erproben, waren ca. 25 Mitarbeiter\*innen in der Gesamtorganisation beschäftigt und Mistelbach war zu dieser Zeit noch das „Zentrum der Psychiatriereform NÖ“, die von Gugging aus 1978 gestartet wurde. Unvergessen hierbei die Pionier\*innen Alois Marksteiner, Liese Prokop, Maria Loley, Gerd Eichberger, Adele Zimprich und Liselotte Seidl, die den Grundstein für all das gelegt haben.

Parallel zur Entwicklung der europaweiten Sozialpsychiatrie in den 80igern und fußend auch auf dem NÖ-Psychiatrieplan 1995 etablierte sich die PSZ mit komplementären Angeboten zur Versorgung im Krankenhaus und konnte sukzessive ihre Dienstleistungsangebote der Betreuung, Begleitung und Behandlung ausbauen. Die Entwicklung, Menschen nicht mehr dauerhaft in „Anstalten“ zu verstecken, sondern aktiv in die Gemeinde zurückzubringen stieß anfänglich auf große Skepsis bzw. offene Ablehnung und war für die umgebende Bevölkerung auch mit einem Lernprozess verbunden, der letztendlich zeigte, dass ein offenes Aufeinander-Zugehen und ein Kennenlernen des Unbekannten, zu Verstehen und gegenseitiger Achtung führen kann. Ein ent-



## Sag zum Abschied

leise Servus – oder einfach DANKE!

scheidender Schritt für unsere Organisation war zu Beginn des neuen Jahrtausends der Ausbau des PSDs in allen Bezirken des Wein- und Industrieviertels. Der Verein Psychosoziales Zentrum erfand sich unter der gemeinsamen Geschäftsführung von Liselotte Seidl und mir, als PSZ gemeinnützige GmbH neu. Im Rückblick setzte sich der Ausbau von Wohn-, Tages-, Arbeits- und Freizeitangebote in ganz NÖ rasant fort. Ab 2008 konnten wir mit der Übernahme der vom Land geführten Suchtberatungsstellen auch diese schrittweise ausbauen und so eine wichtige Angebotserweiterung durchführen. Wichtige Ausbauschritte erfolgten immer wieder auch in der beruflichen und sozialen Rehabilitation sowie bei Wohn- und Beschäftigungsangeboten. Die

systematische Beteiligung von Angehörigen und Betroffenen in die direkte Mitgestaltung und Mitarbeit waren für die PSZ gGmbH Meilensteine in der Entwicklungsgeschichte unserer Organisation und wird erfolgreich weiterentwickelt.

Es hat sich also viel getan in der psychiatrischen Versorgung der letzten 30 Jahre und damit wurde aus einem kleinen Verein mit 25 Mitarbeiter\*innen (1992) in damals drei Einrichtungen eine gemeinnützige GmbH mit Dienstleistungsangeboten an über 30 Standorten und mehr als 400 engagierten, höchst professionell agierenden Mitarbeiter\*innen, die täglich ihr Bestes geben, um gemeinsam mit Betroffenen nach guten Lösungen zu suchen.

Auch wenn diese Entwicklungen keine Übergänge im klassischen Sinne sind, waren sie dennoch für Psychiatrieerfahrene und unsere Organisation von großer Bedeutung. Wesentlich, und für mich am eindrucklichsten, waren und sind dabei aber immer die einzelnen Menschen gewesen, die Chancen erkannt, Ideen gefördert, Gelder freigegeben oder sich als Mitarbeiter\*innen und Führungskräfte mit ganz viel Expertise und persönlichem Einsatz für die Verbesserung der Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen eingesetzt haben. All diesen gilt mein herzlicher Dank!

Die Erweiterung der Angebote spiegelt immer auch den Wandel der Zeit bzw. die Veränderungen in der Gesellschaft wieder. So werden aktuell die Corona-Pandemie, die Umweltkrise und nun der fürchterliche Krieg in der Ukraine Spuren in den Seelen aller hinterlassen und diese stellen besonders für vulnerable Menschen, die bereits mit anderen Problemlagen zu kämpfen haben, aber speziell auch für Kinder und Jugendliche eine besondere Krisensituation dar. Wir sind daher gerade jetzt als gesamte Gesellschaft gefordert, in dieser Situation solidarisch zusammen zu halten und gemeinsam darauf zu schauen, dass alle Menschen gut durch die Krisen kommen. Als Gesundheitsversorgerin werden wir gemeinsam mit den politisch Verantwortlichen gefordert sein, belastete Personen mit zusätzlichen und verstärkten Angeboten zu unterstützen, um so Halt und Perspektiven zu vermitteln.

Ich bin sehr froh, dass meine Nachfolgerin Marlene Mayrhofer, gemeinsam mit dem bewährten Team der Geschäftsführung, den Leiter\*innen und allen Mitarbeiter\*innen die Herausforderung annimmt, unsere Organisation und ihre Angebote im Sinne der Betroffenen und unserer Auftraggeber\*innen weiter zu entwickeln. Die PSZ ist damit hervorragend aufgestellt, um auch zukünftig eine kompetente und zuverlässige Partnerorganisation in der sozialpsychiatrischen Versorgung zu sein.

Servus und DANKE an alle, die daran beteiligt waren und sind.

M. Kaukal

## Hard-Facts der PSZ zu Corona

Insgesamt betragen die Kosten für direkte und indirekte Corona-Maßnahmen ca. € 438.000. Seitens Bund und Land wurden ca. € 174.000 an Corona-Förderungen rückerstattet.

M. Kaukal

€ 120.000  
für erhöhte  
Personalkosten

€ 221.000  
für Technik und sonstige  
Sachkosten (10 Router,  
115 Mobiltelefone,  
65 Notebooks,  
80 Webcams,  
260 Thin Clients etc.)

€ 97.000  
für Schutzausrüstung  
und Quarantäne-  
maßnahmen

## Assistierter Suizid

Der Wert des Lebens

Mit Anfang 2022 ist das neue Sterbeverfügungsgesetz in Österreich in die Umsetzung gegangen. Mittels einer Sterbeverfügung kann eine „dauerhaft schwerkranke oder unheilbar kranke Person“ Beihilfe zum Suizid, zur Selbsttötung, in Anspruch nehmen. Dies ist ein gewaltiger Schritt in eine offizielle und rechtskonforme Entwicklung für Entscheidungen dieser Art. Zeitgleich sollen aber auch die Angebote der Palliativ- und Hospizarbeit ausgebaut werden, versprochen wurden dafür rund 150 Millionen Euro bis 2024.

Grundlage für die Errichtung einer Sterbeverfügung wird sein, dass zwei unabhängige Ärzt\*innen, teilweise mit Ausbildung in Palliativmedizin (eine Medizinvariante, bei der es nicht mehr um Heilung geht, sondern um die Begleitung in der letzten Zeit einer schweren Erkrankung), sich ein Urteil bilden und eventuell auch eine Psychiater\*in oder Psycholog\*in beigezogen wird. Weiters wird eine Bedenkzeit von meistens 12 Wochen eingeführt, sodass eine eventuelle akute Krise überwunden werden kann. Dies kann sich bei verminderter Lebensdauer aber auch verkürzen.

Für Betroffene, für Angehörige und für Fachpersonal im Bereich von psychischen Erkrankungen ist dies eine neue Herausforderung. Sind nicht viele psychische Erkrankungen „dauerhaft und unheilbar“? Wie oft haben wir Behandler\*innen nicht Respekt vor Menschen, die über Jahre schwer an diesen Erkrankungen leiden? Wie oft ringen wir mit diesen Mitmenschen um deren Leben, versuchen das Leben gemeinsam wieder

lebenswerter zu machen und es im tiefen Tal der Erkrankung zusammen auszuhalten? Wie oft gelingt es den Menschen mit psychischer Erkrankung nach Jahren oder Jahrzehnten das Leben wieder als Möglichkeit zu sehen, den Wunsch nach Selbsttötung abzuschütteln, wieder lebendig zu werden?

Der schöne Satz von Albert Camus „Mitten im tiefsten Winter wurde mir endlich bewusst, dass in mir ein unbesiegbarer Sommer wohnt“ begleitet mich zu diesem Thema schon sehr lange. Mit der neuen Gesetzgebung müssen wir gemeinsam – die Betroffenen, die Angehörigen, die Fachkräfte – uns an neue Grenzen herandenen und entscheiden, ob und wie wir diese überwinden können oder wollen. Auf jeden Fall fordert es von uns allen den aufrichtigen inneren Dialog zum einzigartigen Wert des Lebens.

G. Grundschober

# Wachsende Kluft zwischen Einkommen und Wohnkosten

Warum Frau Mayer Angst davor hat, in den Briefkasten zu schauen oder von der wachsenden Kluft zwischen Einkommen und Wohnkosten



Frau Mayer hat Angst davor, ihren Briefkasten zu öffnen. Seit Tagen schon schiebt sie es vor sich her, gestern hat sie schon eine Nachbarin am Gang darauf angesprochen. Frau Mayer hat Angst davor, neuerlich eine Mahnung zu bekommen. Sie weiß, dass sie die Miete im letzten Monat nicht bezahlen konnte und sie weiß, dass es sich auch in diesem Monat nur ausgeht, wenn sie die Stromrechnung schuldig bleibt.

So wie Frau Mayer geht es mittlerweile vielen Menschen in Niederösterreich. Das zeigt der Blick in die Statistik, die in Zahlen gießt, was Menschen wie Frau Mayer ganz konkret und unmittelbar betrifft: Betrug die durchschnittliche Bruttomiete (inkl. Betriebskosten) in NÖ 2010 384 Euro<sup>1</sup>, waren es zehn Jahre später im Jahr 2020, bereits 532 Euro<sup>2</sup>.

Das entspricht einer Zunahme von 38,5% innerhalb von 10 Jahren und dabei sind die Preissteigerungen bei Gas noch gar nicht berücksichtigt.

Einkommen und Wohnkosten klaffen immer mehr auseinander. Das führt dazu, dass Menschen wie Frau Mayer vor dem Dilemma stehen, ob sie am Ende des Monats ihre Miete oder die Stromkosten zahlen sollen, weil sich beides nicht mehr ausgeht.

Es führt auch dazu, dass Menschen in beengten Wohnungen leben oder nicht aus dem Elternhaus oder aus einer betreuten Wohnform ausziehen können, obwohl sie gerne selbstständig wohnen würden.

Wir haben als NÖ Armutsnetzwerk im letzten Jahr mehrmals auf diese Problematik hingewiesen, zuletzt in einer Presseaussendung im Oktober 2021 anlässlich des Welttags zur Überwindung der Armut und in Gesprächen mit Landesrätin Königsberger-Ludwig sowie Landesrätin Teschl-Hofmeister.

Die Corona-Krise hat uns allen die Bedeutung der „eigenen vier Wände“ nochmal deutlich vor Augen geführt, das Thema leistbares Wohnen bleibt auch 2022 wichtig, nicht nur für Frau Mayer.

Setzen wir uns gemeinsam dafür ein, dass Wohnen leistbar wird und auch bleibt. Wir werden das als NÖ Armutsnetzwerk weiter tun und sagen Danke an alle, die diesen Einsatz möglich machen!

## NÖ Armutsnetzwerk



[www.no-armutsnetzwerk.at](http://www.no-armutsnetzwerk.at)

## Österreichische Armutskonferenz



[www.armutskonferenz.at](http://www.armutskonferenz.at)

B. Bühler

Die PSZ ist Mitglied in der NÖ Armutskonferenz und unterstützt deren Aktivitäten, da viele unserer Klient\*innen von Armut betroffen sind. Wir möchten daher diesen Themen in unserem Magazin Raum geben.



# Impfung

gegen Covid-19.  
Warum auch weiterhin!

Im letzten Jahr haben sich viele Kund\*innen und Mitarbeiter\*innen der PSZ gegen das Corona-Virus impfen lassen. Der Erfolg ist sichtbar, die Anzahl der Infektionen unter den geimpften Menschen ist geringer und die Wahrscheinlichkeit einer schweren Erkrankung ist bei den geimpften Mitmenschen um 90% geringer als bei den Ungeimpften. Zuletzt haben wir Mitte Dezember 2021 innerhalb der PSZ die 3. Impfrunde durchgeführt und uns „aufgefrischt“ oder „geboostert“.

Aber auch das Virus lässt nicht locker. Es mutiert, um nicht von unserem Immunsystem entdeckt und bekämpft zu werden. Und nebenbei lernen wir alle das griechische Alphabet, zum Jahreswechsel war gerade „Omikron“ modern.

Jede einzelne Impfung trainiert aber unser eigenes Immunsystem und hilft, uns auf das Virus vorzubereiten, hilft, dass wir es im „Probegalopp“ kennenlernen und lehrt uns, wie wir Abwehrstoffe bilden. Da sich aber das Virus andauernd verändert, braucht es wahrscheinlich im Jahr 2022 wieder eine weitere Auffrischungsimpfung, ähnlich wie bei der Influenza-Impfung („echte Grippe“). Diese wird dann höchstwahrscheinlich an das dann „landläufige“ Virus angepasst sein, also nach dem griechischen Alphabet eventuell das „Sigma“ oder das „Tau“-Virus.

Durch jede Impfung gelingt es aber dem Körper besser, ein breiteres Abwehrspektrum aufzubauen. Er kann sich dann bei Kontakt mit dem Virus gezielter wehren – so gut vielleicht, dass wir gar nicht mehr bemerken, gerade das Virus in uns zu haben. Und dann können wir auf Griechisch „ta kalýtera“ zum Virus sagen, das heißt „Alles Gute!“, auf keinen Fall aber „Auf Wiedersehen!“

G. Grundschober

M. Jirgal

# Neuer PSD-Vertrag

Erweiterung des Angebotes

Mit Ende 2020 begann die vom Land NÖ beauftragte PSD-Evaluation und wurde im Dezember 2021 mit einem neuen Vertrag beendet. Die in mehreren Terminen diskutierten Bedarfe und Veränderungswünsche von beiden Seiten (Fördergeber\*innen und Auftragnehmer\*innen) brachten folgende Ergebnisse:

Die bisherigen Leistungen des PSDs, wie Behandlung, Beratung und Intensive Case-Management, werden als wesentlicher Bestandteil der extramuralen Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen betrachtet und bleiben weiterhin wichtige Komponente des Vertrages. Sehr erfreulich ist in diesem Zusammenhang, dass aufgrund der steigenden Bevölkerungszahlen Personalstunden aufgestockt werden können und Genesungsbegleitung als Angebot des PSDs gefördert wird. Aus unserer Sicht besteht noch Handlungsbedarf beim Thema der Transition (Begleitung ab 16 Jahren), das noch nicht entsprechend dem Bedarf aufgegriffen wurde.

Auf Wunsch des Fördergebers wird eine telefonische Erstinformation MO-FR 8-18 Uhr zukünftig eine bessere Erreichbarkeit des PSDs sicherstellen ☎ 02266/166 85-55.

Andauernd haben wir im Leben mit Übergängen und Veränderungen zu tun. Es beginnt schon durch den Eintritt in eine Schule im Kindesalter, wenn wir mit 18 Jahren sogenannte „erwachsen“ werden oder wenn wir Landesgrenzen überwinden.

All diese Überschreitungen von Grenzen bedeuten, dass etwas Neues entsteht, neue Welten sich öffnen, aber auch neue Regeln oder Ordnungen gelten. Daher ist es wichtig bei Überschreiten einer z.B. Landesgrenze, sich gut vorzubereiten, die Sprache zu lernen, Wechselgeld zu organisieren, (Reise-) Ziele zu definieren oder eventuell eine Reiseführer\*in zu organisieren, die uns auf der Reise hilft, die die Sprache übersetzt und uns mit den neuen Regeln vertraut macht.

Bei jedem Übergang erwarten uns im Neuen andere Perspektiven und Zugänge. Regeln, die sich verändern, formen uns, aber es ist auch eine Zeit verstärkter Anforderung an uns, wir brauchen mehr Energie und diese intensive Entwicklung kann zu kritischen Lebensphasen werden.

Auch in der Behandlung von psychischen Erkrankungen müssen sich Jugendliche mit Erreichen des 18. Lebensjahres mit einer anderen Welt vertraut machen. Würden sie zuvor mit einem „DU“ an der Kinder- und Jugendpsychiatrie angesprochen, waren die Eltern stark in die Behandlung integriert und ist der Zugang der Behandler\*innen eher haltend und leitend, so ist

# Übergänge sinnvoll gestalten

Die Reise ins Erwachsen-Werden

in der Erwachsenenpsychiatrie das „SIE“ im Kontakt zu den Profis gegeben, Entscheidungen können – müssen aber nicht – eigenständig getroffen werden und der Behandlungsdialog funktioniert meistens auf Augenhöhe und geprägt von Adhärenz (die Therapieziele werden durch Patient\*in und Behandler\*in gemeinsam festgelegt).

Aber bei dieser Transition, dem Übergang vom Jugendlichen ins Erwachsensein hinein, haben nicht nur die Betroffenen neue Grenzen zu überwinden, auch die Behandler\*innen müssen sich gegenseitig wahrnehmen, ihre Behandlungskonzepte, ihre Zugänge und die „Sprache“ der jeweils anderen Disziplin kennen und lernen.

Hier gibt es noch Bedarf zwischen den verschiedenen Angeboten und Berufsgruppen an Abstimmung, Austausch, Kooperation und dem sich daraus ergebenden Schließen von Lücken im Unterstützungsangebot. Die PSZ, die zum Teil bereits Jugendliche betreut, möchte sich hier einbringen und gestaltet aktiv Initiativen zu diesem Thema mit.

Die Behandler\*innen müssen und dürfen hierbei „Reiseführer\*innen“ für die Patient\*innen sein, im Übergang von der Magie des Kindseins in das Mysterium des Erwachsen-Werdens.

G. Grundschober

1) Sozialstatistisches Handbuch AK Niederösterreich, S. 122; Wohnungsaufwand 2010-2020 (basierend auf Zahlen der Statistik Austria, Mikrozensus).



# Gehst du eigentlich scho`hackln?

Der Übergang von Schule zu Beruf für eine Generation, die vermeintlich als verloren gilt



Es sind neue und mittlerweile fast schon alte Bilder: dass zwischen Serienmarathon, Gamen und YouTube nicht der Laptop zugeklappt wird, sondern parallel dazu einfach das Zoomfenster geöffnet wird, um ein Bewerbungsgespräch zu führen. Wahrscheinlich in Pyjamahose und je nach Tageszeit ziemlich sicher mit ungeputzten Zähnen. Es ist eine Generation, die gelernt hat, eine Scheinwelt zu inszenieren ohne dabei das Haus, die Wohnung, oftmals nicht einmal mehr das Zimmer verlassen zu müssen. Ein wahrgewordener Traum. Oder Alptraum. Denn so chillig dieses Szenario wohl klingen mag, so zackig ist die Realität. Wenn wichtige Life Events einfach nicht stattfinden, eine Matura quasi „schnell, schnell“ unter Minimalbedingungen und Maximalanforderungen einfach nur erledigt werden soll. Wenn die Lehre ins Stocken gerät, weil der Betrieb vorübergehend wegen Quarantänefällen schließen muss oder Mitarbeiter\*innen in Kurzarbeit geschickt werden. Dann bröseln die Tagesstruktur, man wird lasch, sieht sich gegenseitig nur mehr vor dem PC und dann irgendwann auch das nicht mehr, weil man sich darauf einigt die Kamera abzuschalten. Freund\*innen treffen ist irgendwie erlaubt, aber phasenweise auch nicht so wirklich erwünscht. Und doch ist es ja gerade die Schul- und Ausbildungszeit, die junge Menschen formt und vorbereitet, hilft, sich sozial zu erproben, Leistung zu erbringen, Leistungsdruck Stand zu halten, zu lernen, zu verstehen, sich im Gefüge auszuprobieren, Erfolge und Misserfolge zu haben und diese einzuordnen. Als Individuum aufzutreten oder Teil einer Gruppe zu sein. Für manche ist Schule ein Rückzugsort, auch ein Ort, einfach jung sein zu dürfen und sich nur auf das zu konzentrieren.

**SCHULE** ist ein Ort, an dem Hard Skills für den zukünftigen Job, auf jeden Fall aber die genauso wichtigen – wenn nicht noch wichtigeren – Soft Skills erlernt und erprobt werden: Zeitmanagement, Teamfähigkeit, Selbstorganisation, Selbstmotivation, Selbstverantwortung. Natürlich eignet sich auch die Corona-Generation diese Skills sehr wohl an. Doch das unter erschwerten Bedingungen, im weitläufigen Selbststudium. Einmal mehr werden hier unfreiwillige Unterschiede deutlich: nicht jede\*r Jugendliche hat ein Elternhaus, in dem diese Entfaltung möglich ist. Nicht jeder Elternteil ist in der Lage, nun auch diesen Part, der sonst in der Schule stattfindet, zu übernehmen. Die geballte Zeit zu Hause, in Lockdowns und mit Aufforderungen zur Kontaktbeschränkung kann auch ein Mehr an Verantwortung bedeuten. Verantwortung für jüngere Geschwister oder verstärkte Hilfe im Haushalt. Die Belastung der Pandemie, die Ausnahmesituation unserer neuen Lebenswelt macht auch vor Eltern nicht Halt. Das spüren die Jugendlichen, die jetzt mehr denn je zu Hause sind. Gerade jetzt brauchen junge Erwachsene die Rückversicherungen, dass sie mit ihren Realitäten nicht alleine sind.

**DER ÜBERGANG VON SCHULE ZU BERUF** ist für sich genommen schon ein Life Event, das es erst einmal zu meistern gilt. Kaum ist der Abschluss geschafft, gilt es schon weitere Fragen zu klären: Wo möchte ich hin? Was kann ich? Was kann ich noch nicht? Was brauch ich dafür? Und wo fang ich eigentlich an? Anschließendes Studium oder direkt mit Bewerbungen loslegen? Oftmals auch die Frage, wie man eine Bewerbung überhaupt schreibt. Die NEBA-Arbeitsassistenten (www.neba.at/arbeitsassistenten) kann bei solchen Fragen hilfreich sein. Sie unterstützt bei beruflicher Orientierung, dem Bewerbungsprozess bis hin zum Einstieg in das Berufsleben, wenn es allein nicht so ganz klappen mag. Es gibt eigene Arbeitsassistenten, die sich auf die Arbeit mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit sozial-emotionalen Problemen spezialisiert haben, mit oder ohne dahinterstehendem Krankheitsbild und Diagnose. Nichtsdestotrotz nimmt die Zahl der psychischen Erkrankungen auch in dieser Altersgruppe zu, weshalb es immer wichtiger wird, für eben diese spezifischen Anlaufstellen zu sorgen und eine kostenfreie, möglichst unbürokratische und leicht zugängliche Versorgungslandschaft (weiterhin) zu gewährleisten. Allein im letzten Jahr kam es zu einem rapiden Anstieg an Depressionen, Angststörungen und Essstörungen bei Jugendlichen. Nahezu jeder zweite Lehrling zeigte im Jahr 2021 bereits Symptome einer psychischen Erkrankung, viele davon berichten von Schlafstörungen. Nicht die einfachsten Voraussetzungen, sich kraftvoll und zuversichtlich ins Arbeitsleben zu stürzen. Die Zahl der sogenannten „Neets“-Jugendlichen ist tendenziell steigend. Neets-Jugendliche sind junge Erwachsene, im Alter von 16-24 Jahren, die sich weder in einem Dienstverhältnis, noch in einer Schulausbildung, noch in einem sonstigen spezifischen Training oder einer weiterführenden Ausbildung befinden (not in employment, education or training).

**WAS DIESE ALTERSGRUPPE BRAUCHT**, ist Perspektive und Hoffnung. Freiheit, träumen zu dürfen und sich auszuprobieren. Und nicht gleich wieder eingebremst zu werden von zu vielen Einschränkungen, sei es physischer oder vor allem psychischer Natur. Diese Generation braucht das Wissen, dass sie gebraucht werden und auch, dass es Jobs sehr wohl gibt. Entgegen vieler Annahmen konnte im letzten Jahr ein Wirtschaftswachstum verzeichnet werden. Es gibt neben Branchen, in denen es durch die Pandemie aktuell schwieriger ist, auch solche, die unbeschädigt durch die Krise kommen und aktiv nach Arbeitskräften suchen. Dazu gehört vor allem der Handel ganz klar an oberster Stelle. Dabei ist es wichtig zu wissen: Handel ist nicht gleich Handel und Jobmöglichkeiten im Handel sind auch nicht auf den Verkauf beschränkt. Nahezu jede Handelskette beschäftigt im Hintergrund zig Personen in der IT, im Büro- und

Personalwesen. Es braucht also die Möglichkeit nach der Schule und außerhalb des engmaschigen Schulkontexts informiert und in gewisser Weise auch beschäftigt zu bleiben, gesehen zu werden. Es braucht die Initiative, Schüler\*innen für das, was sie unter erschwerten Bedingungen in den letzten zwei Jahren versucht und geleistet haben, zu honorieren und das Begonnene weiter zu führen. Das bedeutet ein Entgegensteuern und gleichermaßen ein Raumgeben, um über das Entgangene trauern und auch wütend sein zu dürfen. Was es sicherlich nicht braucht, ist die Zuschreibung als „verlorene Generation“. Denn ganz ehrlich: Wen motiviert das schon!? Und wer möchte sich gerne damit identifizieren? Was das schafft, ist ein Gefühl der Hoffnungslosigkeit und des Gelähmtseins. Als stünde nichts in der eigenen Beeinflussung und man wäre hilflos ausgeliefert. Dass das nicht gesund ist, liegt auf der Hand.

**UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTE** gibt es viele. Einerseits gibt es solche, die sich auf Ausbildung und Beruf fokussieren. Die NEBA Projekte Jugendcoaching, Ausbildungsfit, Arbeitsassistenten und Berufsausbildungsassistenten beraten, betreuen und begleiten je nach individueller Situation: Ein Jugendlicher, der die Schule abgebrochen hat, wird vom Jugendcoaching betreut. Für Jugendliche, die noch Basisqualifikationen nachholen möchten, gibt es das Ausbildungsfit. Jugendliche, die einen Job suchen oder trotz Schwierigkeiten einen Job gerne halten möchten, können von der Arbeitsassistenten begleitet werden. Dies gilt auch für Lehrstellen. Bei verlängerten Lehren und Teilqualifikationen ist die Berufsausbildungsassistenten zuständig. Zusätzlich kann das Jobcoaching vor Ort unterstützen, beispielsweise in der Anfangsphase einer neu begonnenen Tätigkeit.

 [www.neba.at](http://www.neba.at)

Neben NEBA-Projekten sind unbedingt auch Berufs- und Ausbildungs-Plattformen zu erwähnen, die inhaltlich informieren und helfen können, sich im Selbststudium oder auch gemeinsam mit einer Beratungseinrichtung, einen Überblick zu verschaffen. Eine sehr moderne und interaktive Seite zur heurigen Berufs- und Ausbildungsmesse in Wels ist unter folgendem Link entstanden.

 [digi.jugendundberuf.info](http://digi.jugendundberuf.info)

Zudem gibt es mittlerweile auch einige andere tolle und niederschwellige Angebote, die die psychische Gesundheit betreffen und online abrufbar sind. Dazu gehören z.B. istokay der Donau Uni Krems ([www.istokay.at](http://www.istokay.at)), die Plattform für Kinder psychisch kranker Eltern #visible ([www.visible.co.at](http://www.visible.co.at)), die Onlineberatung für Angehörige ([www.hpe.at](http://www.hpe.at)) oder die Onlineberatung der PSZ [onbe.psz.co.at](http://onbe.psz.co.at)

P. Zöchling

## Clubbetrieb in Corona-Zeiten Ein Angebot passt sich an!

Die Clubbesuche sind für viele Besucher\*innen ein fixer Bestandteil in ihrem Wochenablauf. Dort trifft man Leute, hört und sieht anderes, kommt auf neue Gedanken und ist in Gesellschaft. Man hat einen Grund aus dem Haus zu gehen und lernt durch die Gruppe viel – auch über sich selbst. 😊

Trotz Corona ist es gelungen, das Angebot so zu gestalten, dass – außer beim 1. Lockdown – der Club immer offen war und es dennoch nur vereinzelt Corona-Fälle gab. Die Clubs waren ein Anker in dieser so unsicheren Zeit!

Die Gruppengröße wurde – je nach Coronaphase – zwar verkleinert, die Anzahl der Gruppen pro Tag jedoch erweitert. Zeitweise waren an einem Tag drei Gruppen mit jeweils vier Besucher\*innen zu betreuen.

Durch die kleineren Gruppen war ein verbessertes soziales Gruppengefüge bemerkbar, ein gegenseitiges Stärken und Stützen durch die schwierige Zeit wurde sichtbar. Die engere Beziehungsarbeit hatte große Verbindlichkeit der Klient\*innen dem Club gegenüber zur Folge, auf die Ab- und Zusagen bezüglich Clubbesuche konnte man sich verlassen.

Die Mitarbeiter\*innen der Clubs leisteten einen großen Beitrag zur Aufklärungsarbeit und Motivation zur COVID-Schutzimpfung. Auch Durchführung und Organisation dieser wurden intensiv unterstützt. Für viele Besucher\*innen war der vertraute Rahmen eine große Erleichterung, um das Angebot der Impfung annehmen zu können. Und dann gab es auch noch „Clubangebote to go“: Über Whatsapp wurden diverse Angebote (Such- und Bilderrätsel, Wortreime...) in die Gruppe gestellt; alle Teilnehmer\*innen konnten ihre eigenen Lösungen, Fragen... oder auch nette Bilder und eigene Rätsel schicken – später wurde dann von den Clubbetreuer\*innen die Auflösung zur Verfügung gestellt.

Auf Wunsch wurden einigen Besucher\*innen auch Anregungen und Vorschläge zur eigenen Beschäftigung per Mail oder mit der Post zugesandt.

Personen, die der Risikogruppe angehören, wurden telefonische Kontakte zur Verfügung gestellt.

M. Jirgal

# Kommentare

## Die Psyche in den Zeiten der Pandemie

Die psychischen Auswirkungen der Pandemie sind vielfältig und interessant. Wir lernen so manches über uns selbst. Zunächst ist sie natürlich eine Belastung. Diese weltweite Katastrophe – wohl die erste, die die meisten von uns erleben – hat Ängste, Wut, Ohnmachts- und andere unwillkommene Gefühle ausgelöst, unser berufliches Fortkommen beeinträchtigt, Einkommen gefährdet, Urlaube und Feiern ruiniert und insbesondere unsere Sozialkontakte immer wieder eingeschränkt. Das ist offensichtlich und nicht wirklich interessant. Wichtig scheint mir aber, dass die Pandemie diesbezüglich alle betrifft. Darauf beruht nämlich der „rally around the flag“-Effekt<sup>1</sup>, ein massenpsychologisches Phänomen, das zu Beginn der Pandemie gut zu beobachten war: Sogar unsere Regierung hatte höchste Zustimmungswerte, es gab ein ausgeprägtes Solidaritätsgefühl. Dieselben Personen, die heute von einzelnen attackiert werden (z.B. Pflegepersonen) wurden damals täglich um 18:00 von vielen beklatscht.

In der Folge wurden Unterschiede deutlicher: Für manche (alte, chronisch kranke Menschen) steht das Risiko zu sterben im Vordergrund. Junge hingegen haben diesbezüglich ein geringes Risiko, sind aber durch Schutzmaßnahmen stark betroffen und wurden rasch auch angefeindet („partygeil“ etc.). Heute wissen wir, dass die Pandemie gerade für junge Personen massive psychische Auswirkungen hat, weil sie in ihren altersgemäßen Aufgaben, wie z.B. Beziehungen aufbauen, Partner\*innen suchen, Ausbildung verfolgen, massiv behindert wurden. Kinder- und Jugendpsychiater\*innen berichten übereinstimmend von den Folgen wie Suizidversuchen und Krisen. Dies muss nicht so sein: Wir wissen aus den Erfahrungen des 2. Weltkriegs, dass es auch unter den entsetzlichsten Bedingungen möglich ist, dies ohne psychische Schäden zu überstehen. Im Film „Das Leben ist schön“<sup>2</sup> wird sehr berührend dargestellt, wie das gehen kann. Es braucht liebevolle Bezugspersonen, die sich mit all ihren Mitteln bemühen. Man darf dem Schrecken nicht allein ausgeliefert sein. Aus vielen Gründen kann es sein, dass Eltern dazu nicht in der Lage sind. In der Pandemie aber waren junge Menschen vermehrt auf ihre Eltern angewiesen – ein Ausgleich durch Schule und Freundeskreis war in geringerem Maße möglich.

Eine andere Art von Widerstandsfähigkeit unter schrecklichen Umständen ermöglicht Kampfgestalt – vielleicht gut nachvollziehbar im Lied „The Partisan“.<sup>3</sup>

*I've lost my wife and children but I have many friends, and some of them are with me.*<sup>4</sup>

Bedrohung mobilisiert Aggression – und die kann man auch gut gebrauchen. Der gemeinsame Feind verbindet. Allerdings hängt alles davon ab, gegen wen sich diese Aggression richtet. Sich mit gelben Sternen zu schmücken und die Maskentragpflicht mit der Judenverfolgung im 3. Reich gleichzusetzen ist unreflektiert und menschenverachtend. Auch wenn wir es gewohnt sind, im Fall einer Pandemie ist der „Feind“ wohl kaum unter Mitmenschen zu finden. Bei allen Fehlern, die natürlich auch gemacht wurden, wäre es wünschenswert, Kampfgestalt v.a. gegen die Pandemie, gegen das Virus zu richten, und nicht gegen Leidensgenoss\*innen – selbst wenn sie manchmal anderer Meinung sind.

W. Werner

## Arbeitslosigkeit belastet!

In den Industriestaaten hat Arbeit einen sehr hohen Stellenwert. Eine der ersten Fragen, die gestellt wird, betrifft den beruflichen Werdegang.

Der ohnehin lange schwere Weg zu Akzeptanz bzw. Umgang mit psychischer Erkrankung wird zusätzlich erschwert, da Betroffene den Grund für ihre Arbeitslosigkeit erklären müssen und sich ausgegrenzt fühlen. Dies führt zu sozialem Rückzug und niedrigem Selbstwertgefühl, begleitet von Ängsten und Depressionen.

Dabei ist es nicht so, dass Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen nicht arbeiten wollen, im Gegenteil, eine Aufgabe und das Gefühl gebraucht zu werden steigert das Selbstwertgefühl enorm. Positive Effekte von Arbeit auf den Krankheitsverlauf sind wissenschaftlich belegt.

Oft bleibt nur eine Erwerbstätigkeit in geförderten Projekten oder Einrichtungen, eine Anstellung am freien Arbeitsmarkt ist in unserer Leistungsgesellschaft leider selten oder durch finanzielle Förderungen befristet. Viele Arbeitgeber\*innen wollen auch niemanden einstellen, der lange vom Arbeitsmarkt weg ist.

Ein „bedingungsloses Grundeinkommen“ statt Mindestsicherung oder Notstandshilfe würde für Betroffene zu einer Steigerung des Selbstwertes und einer Reduktion von Angst und Scham führen. Schon die Umbenennung von Tagesstätten in werkRäume hat mental positive Auswirkungen.

Bedingt durch Corona sind die Arbeitslosenzahlen drastisch gestiegen, psychische Erkrankungen nehmen stark zu und es sollte intensiver nach konstruktiven Lösungen für die Betroffenen gesucht werden. Die Hürden für einen Wiedereinstieg bei psychischen Problemen sind extrem hoch. Es bedarf der Finanzierung und engen Zusammenarbeit von psychologischen Fachkräften und dem AMS bzw. den Arbeitsvermittler\*innen, um mehr geförderte Stellen zu schaffen und vermitteln zu können.

H. Semler

## Übergänge

*„Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten, an keinem wie an einer Heimat hängen.“*

So heißt es in einem Gedicht von Hermann Hesse. Leicht gesagt. Jedenfalls fiel es mir schwer, als ich unerwartet nach 10 Jahren meine Arbeitsstelle verlor, von der ich dachte, es ist meine letzte bis zur Pension. Und das mit den berühmt-berüchtigten „50+“. Was folgte, war eine Phase der Orientierungslosigkeit und nachfolgender Neuorientierung. Wichtig war der erste Schritt: nach Unterstützung zu suchen. Dann folgten weitere Schritte – viele kleine. Es braucht einfach seine Zeit, bis man die Situation realisiert, damit klarkommt und einen neuen Weg findet:

*Es gibt mehr Möglichkeiten, als man anfangs denkt – das motiviert.*

*Es gibt viele Menschen, die in ähnlichen Situationen sind – das tröstet.*

*Und es gibt mehr zu tun, als eine neue Stelle zu suchen – das habe ich verstanden.*

*Es ist eine persönliche Lebenswende.*

Krisen sind immer Momente der Entscheidung: Gebe ich auf oder gehe ich weiter? Auch wenn ich zwischendurch wieder stolpere, falle und aufgeben will: Irgendwann wird es ein Weg, ein Auf und Ab. Man kann dabei viel lernen, Perspektiven wechseln und wachsen. Alles kann in eine neue Zukunft einzahlen. Man darf die Hoffnung nie aufgeben und soll jede Unterstützung annehmen. „Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.“ heißt es an einer anderen Stelle des Gedichtes. Das Blatt kann sich schnell wenden.

Frau M.

Psychopharmaka, also Medikamente, die bei der Behandlung von psychischen Erkrankungen eingesetzt werden, sind ein wichtiger Teil in einer Therapie, genauso wichtig wie Psychotherapie oder die Sicherung der allgemeinen Lebensbedürfnisse. Psychopharmaka gehören zu den meist verschriebenen Medikamenten, oft durch Allgemeinmediziner\*innen, meistens, weil es sinnvoll ist, manchmal aber auch übereilt.

Rund 50% dieser Medikamente werden nach einigen Wochen oder Monaten von den betroffenen Menschen eigenständig, ohne Hinzuziehen einer Expert\*in, abgesetzt. Daher ist es wichtig, dass jede Person, die so ein Medikament einnimmt, in den Grundzügen versteht, wie es wirkt und wie es abzusetzen ist. Ein Absetzen von heute auf morgen ist die unsicherste Variante – hier kann es zu ähnlichen Symptomen wie bei der Erkrankung selbst kommen (Rebound-Phänomen).

Am besten ist es, wenn das Reduzieren und das Absetzen von Medikamenten in Rücksprache mit der Behandler\*in und in Begleitung mit dieser durchgeführt wird. Es kann sinnvoll sein, in dieser Zeit mehr Kontakttermine auszumachen und sich über Absetz- und Krankheitssymptome achtsam auszutauschen.

In den letzten Jahren ist bei den Behandler\*innen auch immer mehr die Frage aufgetaucht, wie

das Absetzen von Psychopharmaka am besten und am sichersten durchgeführt werden kann, sodass die Betroffenen es als nicht zu belastend erleben und ein anhaltender Erfolg gesichert ist. Immer mehr zeigt sich, dass die angenommene Zeitdauer von 1-3 Monaten viel zu gering ist, bei jahrelanger vorheriger Einnahme wird angeraten, diese über ein Jahr und länger durchzuführen und einzelne Reduktionsschritte über mehrere Wochen zu gestalten.

Die Rezeptoren (das sind Sinneszellen im Körper, an denen z.B. die Medikamente andocken) haben sich bei längerer Einnahme auf das Medikament und dessen Dosierung eingestellt und sich daran angepasst. Wird jetzt das Medikament zu schnell weggenommen, dann sind diese Rezeptoren mit der neuen Situation überfordert, ihnen fehlen die Wirkstoffe des Medikaments und sie reagieren mit „Stress“. Dies fördert dann die Entstehung von unangenehmen Zuständen bei den Betroffenen, sie reagieren mit unterschiedlichen Symptomen wie Schlafstörungen, Übelkeit, Schwindel, Kältezuständen, aber auch Schwitzen und erhöhter Ängstlichkeit und Reizbarkeit.

Es ist wichtig, mit der Behandler\*in über einen Absetzwunsch offen zu reden und die Behandler\*innen müssen über das richtige Absetzen von Medikamenten aufklären – immer mit dem Leitsatz „START SLOW – GO SLOW“.

G. Grundschober

## START SLOW GO SLOW Absetzen von Medikamenten



## Onlineberatung der PSZ in Zahlen

W. Werner

START  
September  
2018

ANFRAGEN

1.112

ca. 6,4 Anfragen  
pro Woche

526 Personen

♀ 63%

♂ 30%

keine Angabe: 7%

= im Durchschnitt 2,1 Anfragen/Person

THEMEN

sehr unterschiedlich, mehrheitlich „psychische Probleme“ und „Sucht“, aber auch Arbeits- oder soziale Probleme und alle Arten von Einsamkeit, Ratlosigkeit, Unsicherheit, oder Personen, die sonst keinen Anschluss finden, ... jedenfalls sehr abwechslungsreich

TENDENZ

über die Jahre kontinuierliche, langsam zunehmende Inanspruchnahme. Wir werden weiterempfohlen.

1) ... sich hinter der Flagge versammeln: angesichts einer Bedrohung stehen die Menschen zusammen, richten den Blick vertrauensvoll auf Institutionen, die aus der Krise führen sollen

2) Roberto Begnini, 1997

3) Ein Lied der französische Resistance („La Complainte du partisan“, Anna Marly, Emmanuel d'Astier de la Vigerie, 1943), bekannt z.B. in der Version von Leonard Cohen

4) Ich habe Frau und Kinder verloren, aber viele Freunde, und einige von ihnen sind bei mir

## Podcast



[psz.co.at/podcast](https://psz.co.at/podcast)

Unser Podcast „Wege zur psychischen Gesundheit“ kann bereits auf mehr als 20.000 Downloads verweisen.

Hier unsere TOP 10:

1. Wie fühlen sich Suizidgedanken an?
2. Was bedeutet psychisch gesund und psychisch krank?
3. Was ist eine Depression?
4. Wie fühlt sich eine komplexe posttraumatische Belastungsstörung an?
5. Worum geht es in diesem Podcast?
6. Was ist Ergotherapie?
7. Wie kann man Angst und Panik überwinden?
8. Wohin kann ich mich wenden?
9. Wie war der erste Krankenhausaufenthalt in der Psychiatrie?
10. Was bedeutet Genesung?

Sie wollen mit mir eine Podcastfolge aufnehmen oder kennen einen anderen spannenden Gast? Kontaktieren Sie mich mit Ihrer Themenidee rund um psychische Gesundheit unter ☎ 0664 235 55 98 oder

 [s.karl@psz.co.at](mailto:s.karl@psz.co.at)



## Sie haben was zu sagen?

Interesse an der Teilnahme an der Radiowerkstatt oder als Gast in einer Podcast-Episode?

Sie wollen unsere Profis bei Vorträgen zum Thema psychische Erkrankung begleiten und Ihre Erfahrungen als Betroffene einbringen? Oder wollen Sie ein Thema vorschlagen oder einen Leserbrief an unsere AM PUNKT Redaktion richten?

Schreiben Sie uns Ihre Meinungen, Ideen, Anregungen an

 [s.karl@psz.co.at](mailto:s.karl@psz.co.at)

## Extranet(t)

das neue digitale Training der PSZ

Wie bei vielen anderen Organisationen fand auch in der PSZ – forciert durch Corona – ein Digitalisierungsschub statt. Unter anderem entstand eine e-Learning-Plattform, die in einem Pilotprojekt unter Beteiligung von Teilnehmer\*innen in unseren Projekten zur beruflichen Integration von Menschen mit psychischen Erkrankungen entwickelt wurde.

Ziel ist es, Klient\*innen in unseren Einrichtungen Kompetenzen im Umgang mit einer zunehmend digitaleren Welt zu vermitteln, verschiedenste Trainingsinhalte digital zu ermöglichen sowie längerfristig diese für viele Klient\*innen zur Verfügung zu stellen. Klient\*innen, die dieses Tool jetzt schon nutzen, können individualisierte Inhalte ansehen, Aufgabenstellungen erarbeiten, Wissensüberprüfungen mit direktem Feedback durchführen und schrittweise den Umgang mit digitalen Plattformen üben. Derzeit stehen Inhalte zu Konzentrationstraining und Strukturierung des eigenen Wissens zur Verfügung. Außerdem können Teilnehmer\*innen im Extranet(t) über eine Chatfunktion in Austausch treten.

D. Schmidt

## Erfolgskurs 30 Jahre Arbeitsassistenz

Alle Menschen haben ein Recht auf Arbeit.

Die PSZ Arbeitsassistenz mit ibi nö, ibi wien und interwork unterstützt Menschen mit psychischen Erkrankungen bei der Suche nach oder dem Erhalt eines Arbeitsplatzes mit heute 62 Mitarbeiter\*innen in zwei Bundesländern an 13 Standorten.

30 Jahre Arbeitsassistenz, das sind 30 Jahre Einsatz, um gemeinsam gute Lösungen für Menschen und Unternehmen zu finden, Barrieren abzubauen sowie Stigmatisierung entgegen zu wirken.

Es ist viel passiert in diesen 30 Jahren. Aus zwei Pilotprojekten wurde ein österreichweit flächendeckendes Instrument für alle Menschen mit verschiedensten Behinderungsformen. Die Notwendigkeit ist weiter vorhanden und der Bedarf steigt sogar.

K. Linke-Sentesch

## Das Kompetenzteam Migration

Das „Kompetenzteam Migration“ (Vlatka Frketic und Wolfgang Werner) wurde 2016 in der PSZ eingerichtet – teils als Reaktion auf den „Sommer der Migration“ 2015, aber auch weil schon länger klar war, dass wir Menschen mit Migrationsbiographien offenbar schlechter erreichen: Ihr Anteil unter unseren Klient\*innen ist geringer als es ihrem Anteil in der Bevölkerung entspricht. Das dürfte nicht nur an Sprachschwierigkeiten liegen, sondern hat eine vielfältige Palette an Ursachen – wohl wert, sich darüber Gedanken zu machen.

Es war schon länger geplant, zur Unterstützung der Mitarbeiter\*innen eine Grundschulung anzubieten, die basale Fakten vermitteln, aber auch Reflexion, Austausch und Diskussion zum Thema ermöglichen soll. Covid-19 kam allerdings dazwischen. 2021 haben wir dennoch damit begonnen und inzwischen haben ca. 200 Mitarbeiter\*innen der PSZ teilgenommen. Wir haben die Workshops nebenbei auch dafür genutzt, uns mit den Kolleg\*innen zu überlegen, wie die PSZ für Migrationserfahrene attraktiver werden könnte und was man noch tun könnte, um unseren Mitarbeiter\*innen diese Arbeit zu erleichtern. Die vielen Ideen, die dabei entstanden, reichen von recht leicht umsetzbaren Maßnahmen (wie z.B. ein Willkommens-Plakat in vielen Sprachen) bis zu komplexeren Projekten (Umgestaltung der Website im Hinblick auf Mehrsprachigkeit, Stipendien im letzten Ausbildungsjahr für künftige Kolleg\*innen mit Migrationsbiographien), über die zum Teil noch weiter nachgedacht werden muss. Jedenfalls danken wir den Kolleg\*innen für die vielen Anregungen – wir werden uns bemühen, möglichst viele davon umzusetzen. Weitere Anregungen – auch von unseren Leser\*innen – sind hoch willkommen!

W. Werner

## Job- erfolge Wir gratulieren!

Auch 2021 erbrachten unsere Einrichtungen der Beruflichen Integration hervorragende Leistungen in der Vermittlung und Erhaltung von Arbeitsplätzen und konnten ihre Zielsetzungen übererfüllen. Wir danken allen Partner\*innen, die zu diesem Erfolg beigetragen haben.

### PSZ Arbeitsassistenz

- 249 neue Dienstverhältnisse
- 296 Sicherungen von Dienstverhältnissen

### a.t.z spillern und süd

- 24 Vermittlungen = **43,78 %**
- 32 Praktika

### INDI

- 10 Vermittlungen = **62,5 %**
- 22 externe Arbeitstrainings

Gerne nehmen wir neue Klient\*innen in unseren Einrichtungen oder bei der Arbeitsassistenz auf. Details entnehmen Sie bitte unserer Website:

 [www.psz.co.at](https://www.psz.co.at)

## Genesungsbegleitungs- gruppe geht online

Seit 2017 gibt es Genesungsbegleitung in Schwechat. Das ist Begleitung durch ausgebildete Personen mit Krankheitserfahrung. 2018 startete ein Gruppenangebot namens „Neue Wege“, das ein Genesungsbegleiter und eine Sozialarbeiterin im PSD gemeinsam betreuten. Ein Jahr lang hat das in einer stabilen 5er Gruppe vor Ort im PSD stattgefunden, aber auch uns hat die Pandemie neue Wege einschlagen lassen. Die Gruppe ging mit drei Personen für neun Monate über Zoom weiter. Alle Teilnehmer\*innen mussten sich mit Zoom erst vertraut machen, aber es gelang, die Gruppe (leider etwas verkleinert) online weiterzuführen. Dank einblendbarer Bilder und Videos waren die Bildschirme der zweiwöchentlichen Gruppe fast genauso schön bunt wie die Flipcharts, die Herr Sturm sonst immer aufwändig gestaltet. Die Teilnehmer\*innen haben sich sehr gefreut, dass die Gruppe trotz aller Umstände weitergehen konnte und rückgemeldet, dass das spontan etablierte Onlinesetting der Qualität der Gruppe keinen Abbruch getan hat.

S. Karl

## Partner

### Vor den Vorhang



Vom Kooperationspartner  
zum Dienstgeber

Sonnberg<sup>3</sup> begleitet seit 12 Jahren Unternehmen im B2B-Vertrieb und unterstützt dabei über 35 Partnerbetriebe bei der Auswahl von Produkten und Zielgruppen sowie bei der operativen Umsetzung von Konzepten und setzt dafür hausinterne Ressourcen, Wissen und Know-how ein. Loyalität, Engagement und Verantwortung zeichnen die enge Zusammenarbeit aus.

Die Kooperation zwischen Sonnberg<sup>3</sup> und INDI – Individualisiertes Arbeitstraining besteht seit 2019 und führte Anfang 2020 zu den ersten sehr erfolgreichen Arbeitstrainings und im Dezember 2021 zu einer gelungenen Übernahme eines Trainees in ein unbefristetes Dienstverhältnis. „Die Menschen und ihre Potentiale sind eine Bereicherung für unser Unternehmen und man sieht ihre Entwicklung im passenden Arbeitsumfeld. Wichtig für uns sind neben Qualifikation und Erfahrung die Motivation und Teampassung“, sagt Geschäftsführer Werner Kroess zufrieden.

 [sb3.at](https://sb3.at)

# Zur Wirkung von transgenerational vermittelten Bildern

Überlegungen zur Weitergabe von psychischen Erkrankungen über Generationen



V.l.n.r.: S. Anders, V. Millischer, W. Daltler, B. Henkel, E. Lichtmanegger, C. Paulinz, M. Amering, S. Röckel, L. Kainzbauer, W. Grill, D. Rath

Unter diesem Titel veranstaltete die PSZ am 31.03.2022 eine Fachtagung in Stockerau im Rahmen des Bündnisses gegen Depression. Die 270 interessierten Teilnehmenden zeugen von einem großen Interesse an diesem Thema.

Neben Begrüßungsworten von Wolfgang Grill (PSZ), Eugen Lichtmanegger (HSSG) und Christa Paulinz (Kooperationspartnerin des Bündnisses) beleuchteten Vorträge, Diskussionsforen und ein Kinofilm mit Publikumsgespräch Wirkmechanismen sowie Bearbeitungsmöglichkeiten dieser transgenerationalen Weitergabe.

Der erste Hauptvortrag von Vincent Millischer (MedUni Wien) widmete sich den **genetischen Mechanismen**, die einen erheblichen Einfluss auf transgenerationalen Geschehen ausüben. Bei Schizophrenie ist Vererbbarkeit beispielsweise besonders groß, bei Depression mittelgroß. Auch bei Störungen wie Alkoholabhängigkeit oder Traumata spielen genetische Faktoren eine Rolle. Die Forschung zielt auf eine bessere Behandlung psychischer Erkrankungen ab. Wilfried Daltler (Uni Wien) ergänzte in seinem Vortrag der Diskussion „Umwelt oder Genetik“ den Baustein dazwischen – die Beziehungsgestaltung durch enge Bezugspersonen und deren Bedeutung für die **bewusste und unbewusste Weitergabe von Beziehungsmustern**.

Abgerundet wurden diese Vorträge durch ein **Gespräch über Bilder und Botschaften** von Michaela Amering (MedUni Wien) mit der Künstlerin und Expertin aus Erfahrung Lisa Kainzbauer. Ihr Buch „Verrückte Welt – Wie sich Schizophrenie anfühlt“ zeigt die künstlerische Aufarbeitung eines Lebens mit einer schizophrenen Mutter und plädiert dafür, „die eigenen Handlungsmotive zu reflektieren und Perspektiven anderer zu respektieren, auch wenn wir sie vielleicht nicht immer verstehen können“.

Am Nachmittag wurden in Form von Foren die Themen des Vormittags in kleineren Gruppen vertieft und um die Themen **Vererbung von Armut** bearbeitet von Michaela Moser (FH St. Pölten) und die **Bedeutung von latent transgenerational vermittelter Inhalte im Kontext Schule** mit der Psychotherapeutin Christa Paulinz ergänzt. Fokus auf Handlungsmöglichkeiten legten die Foren **Resilienz – vom Diktat zum Dialog mit dem transgenerationalen Erbe** von Sylwia Rotter (reset-team) und das Thema **Wie schützen wir unsere Kinder?** von Sandra Anders und Sabine Röckel (PSZ gGmbH).

Ein Highlight am Nachmittag war die Präsentation des Kinofilms „Kinder unter Deck“ in Anwesenheit der Protagonistin und Regisseurin Bettina Henkel. Dieser Film zeigt eindrücklich in Bildern und Dialogen, wie dieser „unbewusste Pakt des Schweigens“ zwischen Generationen in einem langen Prozess der mitunter schmerzvollen Auseinandersetzung aufgebrochen werden kann, denn „die Zeit heilt nicht alle Wunden“, so die Regisseurin.

Zum Abschluss der Tagung leitete die Geschäftsführerin der PSZ Marlene Mayrhofer Erkenntnisse für die Praxis ab: „Durch die Erkenntnisse an diesem Tag wird zum einen die Arbeit der PSZ bestätigt, in welcher die Kooperation mit und Unterstützung von Angehörigen von Menschen mit psychischen Erkrankungen schon immer einen hohen Stellenwert hat. Ebenso zeigt sich aber auch hier die Notwendigkeit mit Interventionen möglichst früh anzusetzen und in diesem Sinne, die Begleitung und Unterstützung von Kindern und Jugendlichen mit psychischen Problemen auszubauen.“

Eine (auch filmische) Nachlese zur Veranstaltung finden Sie unter:



[www.psz.co.at/events](http://www.psz.co.at/events)

D. Rath



## Factbox 2021

**Gesamt Psychosoziale Zentren gGmbH**  
M: 393, VZÄ: 260,67, K: 7577

### Arbeitsassistent, inter.work & ibi

Individuelles, langfristiges Beratungsangebot für Arbeitssuchende und Berufstätige mit psychischen Problemen und neurologischen Erkrankungen in NÖ und Wien.

M: 61 an 14 Standorten, VZÄ: 46, **Arbeitsplatzhalterhaltung: 296, Arbeitsvermittlung: 249, B: 1330, langfristige Beratung: 1624**

### Arbeitstrainingszentrum a.t.z. süd/spillern

Qualifizierung in Werkstätten mit betrieblichem Charakter für den ersten Arbeitsmarkt.

M: 19, VZÄ: 16, **Arbeitsvermittlung: 44%, P: 40, T: 63**

### Bündnis gegen Depression

Aufklärung und Bewusstseinsbildung zum Thema depressive Erkrankungen durch regionale Aktivitäten.

T: 904, V: 52

**Club** Tagesgestaltung und soziale Kontakte für Personen mit psychischen Erkrankungen.

M: 43 an 10 Standorten, VZÄ: 15, K: 475

### Genesungsbegleitung

Erarbeitung genesungsfördernder Perspektiven und Praktiken für Menschen mit psychischen Erkrankungen durch EX-IN Genesungsbegleiter\*innen.

M: 2, VZÄ: 0,76, KO: 413, K: 36

### INDI – Individualisiertes Arbeitstraining

Individuell und bedürfnisorientiert zu kombinierende Module von Einzel- und Gruppenangeboten sowie Arbeitstrainingseinheiten in der freien Wirtschaft zur Vorbereitung auf den ersten Arbeitsmarkt.

M: 6, VZÄ: 5, P: 25, T: 47, **Vermittlungen: 62,5%**

### Intensive Wohnbetreuung mit Tagesstruktur

Haus Brunn, das Übergangwohnhaus in Mistelbach, Haus Ikara in Tulln sowie Wohnprojekt EDGAR in Klosterneuburg mit insgesamt 45 Wohnplätzen.

M: 31, VZÄ: 17, K: 57

### KIPKE Beratung v. Kindern psychisch kranker Eltern

Information, Aufklärung und Entlastung für Kinder u. deren psychisch kranke Eltern bzw. Bezugspersonen.

M: 11 an 12 Standorten, VZÄ: 3, KO: 1711, **284 beratene Kinder aus 227 Familien**  
1 Sommercamp für 22 Kinder

### Psychosozialer Dienst (PSD)

Behandlung, Begleitung und Psychotherapie von Personen mit psychischen Erkrankungen sowie von Angehörigen.

M: 139 an 12 Standorten, VZÄ: 94, K: 3333 (**Angehörige: 328, Betroffene: 3005**)  
KO: 72000 (davon 1791 Psychotherapie)

### werkRäume

Soziale und berufliche Rehabilitation durch die Arbeit in unterschiedlichen Werkstätten sowie zusätzlichen therapeutischen Angeboten.

Mistelbach M: 12, VZÄ: 8, T: 47, P: 35  
Tulln M: 11, VZÄ: 8, T: 67, P: 35  
Schwechat M: 9, VZÄ: 5, T: 33, P: 25

### Suchtberatung

Unterstützung bei Suchtproblemen, die durch Drogen, Alkohol und Medikamente auftreten.

M: 33 an 8 Standorten, VZÄ: 12, KO: 11970, K: 1390 (**Angehörige: 212, Betroffene: 1178**)

### Wohnassistenz in PSZ Wohnungen

17 Wohnplätze in Wiener Neustadt und Schwechat.

K: 17

### Mobile Wohnassistenz in der eigenen Wohnung

in Mistelbach, Wiener Neustadt, Tulln und Schwechat.

K: 104

Beide Einrichtungen M: 15, VZÄ: 8

A Arbeitsvermittlung  
M Mitarbeiter\*innen  
VZÄ Vollzeitäquivalent  
B Beratungsgespräche  
K Kund\*innen  
KO Kontakte  
P Plätze  
T Teilnehmer\*innen  
V Veranstaltungen

Interaktive  
Kunstinstallation

# „Yarn Bombing“



Anlässlich des Tages der seelischen Gesundheit 2021 umhäckelten Teilnehmer\*innen und Mitarbeiter\*innen von „INDI – Individualisiertes Arbeitstraining“ ausgesuchte Gegenstände im Besucher\*innen-Bereich des Volkskundemuseums im Rahmen eines Yarn Bombing Events (umhäckeln von Gegenständen im öffentlichen Raum). Alle Besucher\*innen des Volkskundemuseums sowie Klient\*innen und Mitarbeiter\*innen der PSZ waren herzlich eingeladen mitzuhäkeln, zu stricken oder zu kneten.

Die interaktive Kunstinstallation machte psychische Erkrankung greif- und fühlbar. Gedanken, Gefühle, Erlebnisse können sich verknoten, verwickeln, verbinden, vernetzen – genauso wie Fäden, Garn und Wolle. Dies bot die Möglichkeit, sich mit dem Erleben psychischer Erkrankung auseinander zu setzen und in begleitenden Gesprächen näheren Einblick in die Welt der psychischen Erkrankungen zu bekommen.

D. Schmidt

## Tipps

### Newsletter

Die Deutsche Gesellschaft für Soziale Arbeit (DGSA) bietet einen Newsletter mit interessanten Themen wie z.B.

Sozial-ökologische Transformationen und Klimagerechtigkeit in der Sozialen Arbeit

Frauen – Forschung und Professionalisierung Sozialer Arbeit

Soziale Arbeit in Kontexten des Alter(n)s in Zeiten der Corona-Pandemie und „danach“?

Zu abonnieren unter

[www.blog.dgsa.de](http://www.blog.dgsa.de)

M. Jirgal

# 10-mal auf den Punkt gebracht



Vor 10 Jahren stand im Editorial der ersten Ausgabe von AM PUNKT zu lesen: „10-mal haben wir in unseren jährlichen ca. 50 Seiten umfassenden Tätigkeitsberichten unsere Arbeit präsentiert sowie Rück- und Ausblicke gewährt. Zeit etwas Neues, Schlankeres und vor allem Gemeinsames zu versuchen!“. Nun hat auch das Magazin AM PUNKT sein 10-jähriges Jubiläum und seine 10. Ausgabe. Zeit auch wieder etwas Neues zu versuchen? Nein. Weil auch nach 10 Jahren stehen wir neben allen Veränderungen und Innovationen dafür, Bewährtes fortzusetzen. Und wir sind stolz auf das, was gelungen ist: allen voran die große Themenvielfalt durch breite Beteiligung in der PSZ und eine Redaktion, die mit engagierten Mitarbeiter\*innen, Betroffenen und Angehörigen verschiedenste Perspektiven auf den Punkt bringt. Um dem allen gerecht zu werden, mussten wir auch mit der Ausgabe 7 die Seitenanzahl verdoppeln. Neben Highlights und Innovationen in der PSZ widmete sich jede Ausgabe einem Thema, das für uns und unsere Klient\*innen von Relevanz ist, wie Inklusion, Armut, Mobilität, Schuld und Verantwortung, Arbeit, Wohnen, Werthaltungen in der Psychiatrie, E-Mental-Health und nicht vermeidbar – Corona. Besonders spannend, wenn wir auch mit anderen Medien kooperieren konnten. So geschehen, als für unsere Ausgabe zum Thema Wohnen eine Kooperation mit der Sparte „Wohngespräch“ von „DerStandard“ entstand und eine unserer Klient\*innen dort ihren Wohnraum vorstellen konnte.

Wir danken allen Beteiligten und unseren interessierten Leser\*innen und freuen uns auf die Arbeit an den nächsten Ausgaben!

D. Rath

Redaktionsmitglieder in den ersten 10 Jahren:  
S. Dröscher, S. Eibl-Kosz, S. Grasser, S. Karl,  
A. Lang, M. Pany, D. Rath, H. Semler, R. Singer,  
M. Zauner, S. Zottl

Von der Tagesstätte  
zum werkRaum –  
was eine

# Namens- verände- rung bewirken kann!

Diese Veränderung wurde von Betroffenen und Professionist\*innen bei der Ideenwerkstatt 2018 angeregt und 2019 umgesetzt. Die meisten unserer Klient\*innen berichten, dass sie den neuen Namen besser finden, weil der Fokus nun auf Arbeit und Tätigkeit liegt und nicht mehr so stark mit Betreuung, Problemen und mit Behinderung assoziiert wird. Mit Arbeit, die gesellschaftlich sehr positiv konnotiert ist, identifiziert man sich gerne, sodass es durchaus Einfluss auf den Selbstwert haben kann, ob man in den werkRaum oder die Tagesstätte geht. „Man hat ein besseres Gefühl!“ – so unsere Klient\*innen. Klient\*innen des werkRaums bemerken auch, dass ihr Umfeld auf den neuen Namen positiv und interessiert reagiert und nachgefragt wird, was hier passiert. Der Name Psychosoziale Tagesstätte wirkte stigmatisierend und hat Schweigen und Betretenheit ausgelöst.

Kurzum: werkRaum kann und soll für uns alle Leitbild in der täglichen Arbeit sein, indem es den Blick auf Tun und Werken und damit auf Selbstwirksamkeit, Empowerment und Aktivität legt. Der Name drückt auch Wertschätzung für Klient\*innen aus – es geht darum, was sie hier aktiv tun.

K. Pfeffer

# KIPKE- Netzwerk setzt ein Zeichen!

Das Projekt „VISIBLE – Kinder psychisch erkrankter Eltern sichtbar machen“, an dem auch das Projekt KIPKE der PSZ beteiligt ist, ging 2021 online und trägt seine Botschaft im Sinne von Sensibilisierung und Einladung ins World Wide Web!

Neben einem umfassenden Angebot auf der Website [visible.co.at](http://visible.co.at) und in den sozialen Medien



gibt es Webinare von Profis für Interessierte sowie Geldleistungen für die Zielgruppe unter den zwei Aspekten „Soziale Isolation bekämpfen“ oder „Armut bekämpfen“.

Gefördert wird dieses Projekt vom Sozialministerium, getragen von JoJo Salzburg, HPE Ö und pro mente OÖ.



[www.visible.co.at](http://www.visible.co.at)

M. Jirgal

## Wichtige Adressen

Alle unsere Beratungsstellen  
finden Sie unter folgendem Link:

[www.psz.co.at](http://www.psz.co.at)

Telefonische Auskünfte unter:  
02266/661 85

## Corona – Hast‘nen Stich?

Corona, ein Virus mit der Eigenschaft,  
dass es weltweit großes Leid schafft.  
Sind es die Chinesen gewesen oder der CIA,  
es ist egal, lass Dich impfen, das ist okay.

Natürlich kann immer was passieren,  
aber willst freiwillig dein Leben riskieren?  
Fake-News überschwemmen die Gehirne,  
denk doch selbst mit Deiner Birne!

Auch wenn die Anderen hadern und schimpfen,  
wir vom Edgar-Projekt lieben uns impfen.  
Ein kleiner Piks schützt mich und Dich,  
und mancher Verweigerer hat sicherlich nen Stich...

Und die Moral, so nach Rudi Carell,  
husch, husch impfen, aber schnell!

H. Lapesch

## Buchtipps Notizen an Tobias



Kurz nach Weihnachten 2018 nimmt sich der Wiener Tobias Marboe sehr unerwartet das Leben. Die ganze Familie ist geschockt und verliert den Boden unter den Füßen. Um langsam wieder Halt zu finden, hilft der Familie ihr Glaube und der Vater startet in seinen berührenden „Notizen an Tobias“ in Tagebuchform, seine eigenen Gedanken zu sortieren und Tobias schriftlich/gedanklich nah zu sein.

S. Karl

### Impressum

Psychosoziale Zentren gGmbH, Austraße 9, 2000 Stockerau  
02266 66185, office@psz.co.at

Für den Inhalt verantwortlich: Psychosoziale Zentren gGmbH, Marlene Mayrhofer;  
Redaktion: Sylvia Dröscher, Monika Hellmann, Selina Karl, Nuria Neubauer-Lipp,  
Doris Rath, Helga Semler, Reinhold Singer, Markus Zauner  
Irrtümer sowie Druck- und Satzfehler vorbehalten.

Coverfoto: Stock Adobe; Fotos: Podcast, Stock Adobe, Arbeitsassistent, V.I.P.I.V  
Grafik: www.erfinderisch.at; Druck: Bösmüller Print/CO2-neutral produziert, Stand: Juni 2022

Mit Dank an unsere

Kostenträger:



Sozialministeriumservice