

Virtuelle Selbsthilfe in Corona-Zeiten

Uster Wegen Corona werden Kontakte eingeschränkt, psychische Probleme können sich verschlechtern. Im Selbsthilfzentrum Zürcher Oberland in Uster gehen Gruppen dagegen an – vermehrt via Videochat.

Laura Hertel

Das die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Psyche schlagen, zeigt sich unter anderem in den Selbsthilfzentren – umso mehr mit den steigenden Fallzahlen. «Es ist eine belastende Situation, die bei vielen Leuten eine grosse Verunsicherung hervorruft», äussert sich Antonis Purnelis, Stellenleiter des Selbsthilfzentrums Zürcher Oberland und Pfannenstiel in Uster dazu. In einer Selbsthilfgruppe erhielten Betroffene zwar keine konkreten Antworten auf ihre Fragen – dennoch sei der Erfahrungsaustausch und die gegenseitige Unterstützung in einer gleichgesinnten Gruppe in dieser Zeit entlastend. Beim Ustermer Selbsthilfzentrum erkundigen sich gemäss Purnelis im-

mer wieder Personen nach Kontakten, mit denen sie ihre Sorgen im Zusammenhang mit dem Coronavirus teilen können. Und ein solches Angebot besteht tatsächlich – allerdings werden diese Zusammenkünfte regionsübergreifend und online von der Koordinations- und Dienstleistungsstelle Selbsthilfe Schweiz (SHCH) durchgeführt.

Vier Corona-Gruppen

Gemäss Geschäftsführerin Sarah Wyss umfasst das virtuelle Angebot der Selbsthilfe Schweiz aktuell vier Video-Gruppen zu Themen mit Corona-Bezug. Die erste richtet sich an Menschen, die in Zeiten der Corona-Pandemie unter der Isolation und Einsamkeit leiden. In der zweiten Selbsthilfgruppe treffen sich Personen, die psychisch kranke

Angehörige durch die Pandemie begleiten. Die dritte Gruppe dreht sich um die Themenschwerpunkte Angst und Panik. Die vierte ist für Menschen mit körperlichen Erkrankungen vorgesehen, die ihre Kontakte aufgrund der Pandemie aktuell kaum treffen können, so Wyss.

Ihr zufolge lancierte die Selbsthilfe Schweiz die ersten virtuellen Selbsthilfgruppen noch während des Lockdowns im Frühling. «Es war zu erwarten, dass die Corona-Krise etwa für Alleinstehende und für Angehörige von psychisch Erkrankten eine grosse Belastung sein würde», sagt Wyss. Das habe sich bestätigt: In den Gruppen trafen sich wöchentlich bis zu 15 Personen, und das Bedürfnis nach diesem Austausch sei auch in den weniger akuten Corona-Monaten

nicht abgebrochen. Derzeit nähmen Video-Selbsthilfgruppen wieder neue Mitglieder auf – auch wenn für eine der Gruppen momentan eine Warteliste besteht.

Nicht wie in der ersten Welle

«Aktuell ist die Nachfrage nach Selbsthilfgruppen generell auf einem sehr hohen Niveau», sagt Wyss. Hier stellt sie einen Unterschied zwischen der ersten und der zweiten Welle fest: «Während des Lockdowns gingen die Anfragen bei den Selbsthilfzentren zurück und viele Gruppen pausierten ihre Treffen. Jetzt gibt es hingegen sehr viele Anfragen, und bestehende Gruppen weichen vermehrt auf virtuelle Räume aus.» Auch wenn sich die Selbsthilfe über Videochats etwas anders gestaltet – so sind beispiels-

weise nonverbale Signale schwieriger wahrnehmbar und die Diskussionen klarer strukturiert – hätten einige Teilnehmenden einen Mehrwert für sich entdeckt.

Nur wenige pausieren

So werden gemäss Purnelis die meisten Treffen der bestehenden Selbsthilfgruppen im Zürcher Oberland fortgeführt. Einige, insbesondere solche mit tieferem Altersdurchschnitt, haben inzwischen auf virtuelle Formate umgestellt. Andere wiederum begegnen sich in Gruppen mit bis zu fünf Personen nach wie vor physisch im Selbsthilfzentrum in Uster – mit Maske und Sicherheitsabstand. Um Letzteren zu gewährleisten, hat die Fachstelle die nötigen Vorkehrungen getroffen. Es pausieren auch einige Gruppen vorsichtshalber.

«Der fehlende Austausch führt wiederum zu zunehmender Vereinsamung», sagt Stellenleiter Purnelis. Und bei Menschen mit psychischen Vorbelastungen wie Angstzuständen oder Depressionen könne sich der seelische Zustand durch die Corona-Krise verschlechtern.

Menschen mit akuten psychischen Problemen leitet das Selbsthilfzentrum gemäss Purnelis an die zuständigen Fachstellen, Ärzte, Psychiater, Psychologen und Kliniken weiter, wo sie vorübergehend oder auch längerfristig begleitet werden.

Selbsthilfzentrum Zürcher Oberland & Pfannenstiel
Im Werk 1, 8610 Uster; Telefon 044 941 71 00; www.selbsthilfezentrum-zo.ch; Virtuelle Selbsthilfe: www.selbsthilfes Schweiz

Volketswiler Dorffest fällt wegen Corona auch 2021 ins Wasser

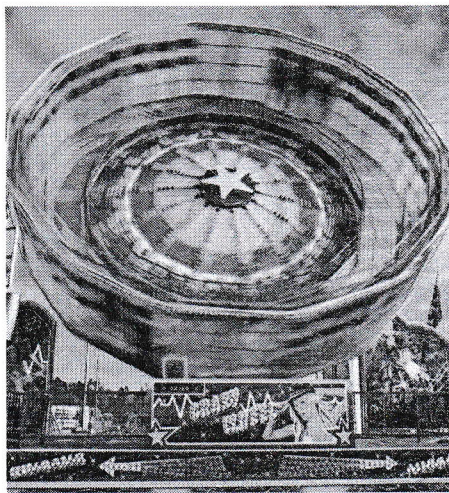
Volketswil Obwohl das Dorffest erst nächsten Sommer stattgefunden hätte, muss es erneut verschoben werden.

Es ist eine verfluchte Sache mit dem Dorffest. Eigentlich hätte das Fest letzten Sommer nach neun Jahren Pause endlich wieder stattfinden sollen. Doch dann kam Corona, und die Organisatoren entschieden sich dazu, das Fest um ein Jahr zu verschieben. Doch auch die Durchführung im Sommer 2021 fällt dem Coronavirus zum Opfer. So hat das Organisationskomitee jüngst mitgeteilt, dass der Anlass «wegen Planungsunsicherheit im Zusammenhang mit dem Coronavirus» nicht stattfinden wird und um ein weiteres Jahr verschoben wird.

Alles in den Startlöchern

Für das Organisationskomitee sei es kein leichter Entscheid gewesen. «Wir haben uns extrem schwergetan», sagt OK-Präsident Marco Schmä. Man habe sich erst gar nicht getraut, in diese Richtung zu denken. Denn mittlerweile seien die Finanzen geregelt und ein funktionierendes Standkonzept erarbeitet worden. «Nach vier Jahren Planung stand nun endlich alles in den Startlöchern und wir hätten eigentlich nur noch den Knopf drücken müssen», so Schmä.

Dennoch habe es für das OK keinen anderen Weg gegeben, als das Dorffest nochmals zu verschieben. Denn die Gesundheit der mitwirkenden Vereine sowie der Besucherinnen und Besucher hätte unter den aktuellen Umständen nicht gewährleistet wer-



Auch im Sommer 2021 werden die Volketswiler nicht am Dorffest feiern können. Symbolfoto: Carole Fleischmann

den können. Deshalb habe man das Fest «nicht durchboxen» wollen, sagt Schmä. «Wir haben eine Verantwortung gegenüber der Bevölkerung. Unter den aktuellen Bedingungen hätten wir das Fest nicht mit einem guten Gefühl durchführen können.»

Die Organisatoren standen wegen der Pandemie aber auch

noch vor weiteren Problemen. Einerseits sei das OK bereits unter Zeitdruck geraten. Denn die Vorbereitungen für das Fest im nächsten Sommer hätten langsam beginnen müssen, sagt Schmä. Die Organisatoren seien wegen der aktuellen Lage aber vor grossen Planungsunsicherheiten gestanden. Man wisse ak-

tuell nicht, was in den kommenden Monaten noch alles komme, sagt Schmä. «Und uns war das Risiko zu gross, dass der Bund wenige Tage vor dem Fest neue Massnahmen bestimmt und wir die Veranstaltung dann nicht durchführen dürften.»

Wegen der aktuellen Lage habe er auch keine Versicherung gefunden, die das Dorffest sichert hätte. «Ich organisiere kein Fest in dieser Gröszenordnung ohne Versicherung», sagt Schmä. Von der Gemeinde Volketswil hätte das OK zwar eine Bewilligung für die Durchführung des Festes erhalten – dies hätte jedoch nichts gebracht, da man die Vorgaben des Bundes nicht hätte einhalten können, so Schmä. «Wir können unmöglich den ganzen Griespark einzäunen und die Besucherströme auf dem grossen Festareal mit zwei Eingängen steuern.»

Keine finanziellen Folgen

Andererseits habe man sich beim Komitee auch gefragt, ob die Verunsicherung in der Bevölkerung nächsten Sommer noch zu gross sei für ein solches Fest. Denn der finanzielle Aufwand für die Durchführung des Festes und die Buchung der Marktstände sei nicht unerheblich. «Wenn dann nur ein Drittel der erwarteten Besucher kommen würden, stehen wir schnell vor finanziellen Problemen», sagt Schmä.

Mit der erneuten Verschiebung gebe es für den Verein denn

auch keine Geldnöte. «Wir sind finanziell nicht gefährdet», sagt Schmä. Die meisten Festsponsoren hätten positiv auf den Entscheid des OKs reagiert. «Uns erreichten viele Rückmeldungen, und zahlreiche Sponsoren versicherten uns, dass sie auch 2022 noch dabei sind.» Auch von den Vereinen und Standbetreibern hätten rund ein Drittel bereits wieder zugesagt, sagt Schmä.

Deshalb denken auch Schmä und die weiteren Mitglieder des Organisationskomitees nach vier Jahren Planung und trotz des erneuten Rückschlages nicht ans Aufgeben. «Wir sind immer noch alle an Bord», sagt Schmä. Seine Motivation sei aufgrund der erneuten Verschiebung sogar noch grösser geworden: «Jetzt will ich das Dorffest erst recht.»

Kevin Weber

Kein Anstossen aufs neue Jahr

Auch die Gemeinde Volketswil musste aufgrund der neusten Massnahmen des Bundes handeln und hat den Neujahresapéro vom 2. Januar 2021 abgesagt. Man habe sich mit diesem Entscheid sehr schwergetan, sagt Gemeindepräsident Jean-Philippe Pinto (CVP), der den Anlass als «eines der Highlights» im Jahreskalender bezeichnet. «Mit den jetzigen Bestimmungen macht eine Durchführung aber keinen Sinn.» (kev)

Heute im Parlament

Geld für Zeughausareal und Abbruch

Uster Der Ustermer Gemeinderat behandelt an seiner heutigen Sitzung zwei Bauabrechnungen. Zum einen geht es um die Abrechnung des Fussgängerleitsystems light in der Stadt Uster, die mit rund 130 000 Franken zu Buche schlägt. Zum anderen um diejenige des Pavillons beim Schulhaus Singvogel in Nänikon in Höhe von rund 900 000 Franken. Ebenfalls traktandiert ist eine Kreditverlängerung für den Verein Herzkern und die Genehmigung der wiederkehrenden Kosten für den Ersatz der Heizungsanlage im Berufswahl-schulhaus Uster. Zudem befindet das Parlament über den Projektierungskredit zum Neubau des Kultur- und Begegnungszentrums Uster auf 2,3 Millionen Franken festgesetzt. Zum Geschäft sind Änderungsanträge eingegangen. Weiter entscheidet das Parlament über den Baukredit von brutto 325 000 Franken für den Rückbau der temporären Dreifachturnhalle Buchholz mit der Option Biodiversität. Zuletzt stehen auf der Traktandenliste noch zwei Postulate. Von Balthasar Thalmann (SP) zur «Zukunft für die Ustermer Geschichte» und Patricio Freis (Grüne) «Einführung von Rufbussen und Ruf-taxis in Uster». Für die Öffentlichkeit steht ab sofort gegen Voranmeldung unter parlament@uster.ch eine beschränkte Anzahl Sitzplätze zur Verfügung. Maskenpflicht vorbehalten. (zo)

ANZEIGE

Sie sagen NEIN

- × Bundesrat, National- und Ständerat
- × CVP, FDP, SVP und GLP-Fraktion
- × economiesuisse, Arbeitgeberverband, Pensionskassenverband, Swissmem, Swissmechanics, Versicherungsverband, SwissBanking
- × Verband für Seniorenfragen
- × Kantonale Industrie- und Handelskammern sowie kantonale Gewerbeverbände

Schweizer KMU und soziale Sicherheit gefährden?

Die GSoA-Initiative ist ein Angriff auf unsere KMU und die Unabhängigkeit der Nationalbank.

Zudem schadet das Finanzierungsverbot der AHV und den Pensionskassen. Zulasten unserer Renten!

www.GSoA-nein.ch

Am 29. November

NEIN

zum Finanzierungsverbot der GSoA

Kommunikation: H&M, per 05.11.2020