

Weihnachtszeit ist auch Krisenzeit

Krisendienste Bayern bieten auch an den Feiertagen erste Hilfe bei seelischen Notlagen

München, 20. Dezember 2021 – Die Krisendienste Bayern sind auch an den Weihnachtsfeiertagen rund um die Uhr für Ratsuchende erreichbar und helfen bei seelischen Nöten und psychischen Krisen.

Das Weihnachtsfest ist für viele Menschen auch mit Stress und Hektik verbunden. Wenn Ängste, Einsamkeit oder das Gefühl der Überforderung hinzukommen, kann eine seelische Ausnahmesituation entstehen. Die aktuelle Corona-Pandemie kann das verstärken, beispielsweise weil man das Fest nicht mit seinen Lieben feiern kann, weil in der Familie neue Konflikte entstanden sind oder weil Angehörige infolge einer Infektion verstorben sind und nun das erste Weihnachtsfest ohne den geliebten Menschen gefeiert wird.

Krisen können Betroffene und ihr soziales Umfeld vor große Herausforderungen stellen. Wo bekomme ich Hilfe, um aus diesem Zustand herauszufinden? Antworten erhalten Betroffene bei den Krisendiensten Bayern. Sie sind ein psychosoziales Beratungs- und Hilfeangebot, das Menschen in psychischen Krisen sowie deren Angehörigen unter der kostenlosen Rufnummer 0800 655 3000 zur Verfügung steht. Die Beraterinnen und Berater der Krisendienste sind auch an Weihnachten rund um die Uhr erreichbar und unterstützen, zum Beispiel wenn...

- familiäre Krisen und Konflikte an den Feiertagen eskalieren,
- Gefühle der Einsamkeit zu einer seelischen Krise führen,
- die Trauer um einen verstorbenen Menschen überwältigend wird,
- eine chronische psychische Erkrankung sich zu einer krisenhaften Situation zuspitzt,
- Menschen sich Sorgen um Familienangehörige machen und Rat suchen.

Durch eine frühzeitige Unterstützung lässt sich oft eine weitere Zuspitzung vermeiden und verhindern, dass aus einer Krise eine längere Krankheit wird.

Die Krisendienste Bayern sind ein Netzwerk aus sieben eigenständigen regionalen Krisendiensten, die von den bayerischen Bezirken organisiert werden. Das Beratungs- und Hilfeangebot ist dabei in allen Bezirken gleich, ebenso wie der Zugang über die kostenfreie Rufnummer 0800 655 3000. Die

Krisendienste bestehen aus jeweils einer Leitstelle, die mit Fachkräften besetzt ist. Dort erhalten Betroffene sowie Angehörige und Bezugspersonen telefonische Krisenhilfe. Wenn die telefonische Beratung nicht ausreicht, hilft das Fachpersonal in der Leitstelle den Betroffenen bei der Vermittlung in das medizinische und psychosoziale Versorgungssystem vor Ort, beispielsweise an eine psychiatrische Praxis, den Sozialpsychiatrischen Dienst oder an die Akutstation einer psychiatrischen Klinik – je nach Bedarf. In besonders dringenden Fällen kommen mobile Teams zum Einsatz, die die Anrufenden vor Ort aufsuchen. Diese mobilen Vor-Ort-Einsätze werden von den Fachdiensten der Freien Wohlfahrts-
pflege und privater Anbieter durchgeführt. Weitere Infos finden Sie unter www.krisendienste.bayern.

Pressekontakt:

Pressestelle des Bayerischen Bezirktags
Katharina Hering
Tel. 089/21 23 89-32
Mobil: 01525/15 33 33 0
E-Mail: pressestelle@bay-bezirke.de
Ridlerstraße 75
80339 München
<https://www.bay-bezirke.de/>