



„Bamberg - Mit Abstand in Kontakt ...“ -

Podcast Projekt Folge 3 zum Thema: „Wie kommen junge Familien psychisch gesund durch die Corona Zeit“

https://www.skf-bamberg.de/media/pc_3_corona_familie29.5.2021_downmix2c_mp3-a1.mp3

Der Sozialpsychiatrische Dienst OASE hat in Kooperation mit dem Gesundheitsamt Bamberg und weiteren Fachstellen der Region, unter anderem mit KoKi-Netzwerk frühe Kindheit von Stadt und Landkreis Bamberg, ein Podcast zum Thema Frühe Hilfen ins Leben gerufen. Das Hörangebot gibt zu unterschiedlichen Themen in Zusammenhang mit der Corona Krise wertvolle Anregungen und Tipps.



Foto: Sozialpsychiatrischer Dienst OASE

Corona hat unser aller Leben seit dem Frühjahr 2020 mehr oder weniger einschneidend verändert. Viele Menschen fühlen sich hierdurch verunsichert und zum Teil auch deutlich psychisch belastet. Bestehende Sicherheiten und Routinen sind plötzlich nicht mehr verfügbar und können die Ängste und Sorgen noch verstärken. Durch die notwendigen Hygienevorschriften ist der Zugang zu den vielen etablierten Hilfsangeboten in Stadt- und Landkreis Bamberg erschwert. Hilfreiche Gruppenangebote, Vorträge, Präventionsveranstaltungen können aufgrund der aktuellen Lage nur sehr eingeschränkt stattfinden. Der Bedarf nach Unterstützung in diesen besonderen Zeiten ist bei verschiedensten Personengruppen aber enorm.

Aus diesem Grund wurde das Podcast Projekt ins Leben gerufen. „Mit Abstand in Kontakt“ nennt sich das Hör-Angebot, in welchem Fachpersonen im Gespräch mit dem Journalisten Christian König Informationen und Anregungen zum Umgang mit der aktuellen Corona Krise geben. Wie prägt sie die Menschen in der Region? Wie sieht es aus, wenn soziale Kontakte reduziert werden müssen? Wie kann man mit eigenen Ängsten umgehen? Wie kann man seine Angehörigen unterstützen?

In der 3. Folge Frühe Hilfen werden junge Familien mit Kleinkindern, Schwangere und Erstgebärende in diesen schwierigen Zeiten in den Blick genommen. Frisch gebackene Eltern können durch die Einschränkungen etablierte Angebote für Neugeborene und Kleinkinder nicht in Anspruch nehmen und das Einfinden in die neue Elternrolle ist erschwert. Durch die wachsende Mehrfachbelastung durch die Kontaktbeschränkungen kann dadurch das Gefühl von Einsamkeit und Überforderung entstehen.

In dem Podcast erörtert die Entwicklungsberaterin Christine Brockard und Matthias Wiechert vom Sozialpsychiatrischen Dienst OASE Problemlagen, insbesondere aber allgemeine Tipps und Ratschläge und Hilfsmöglichkeiten von Einrichtungen, wie zum Beispiel die Beratungsstelle KoKi - Netzwerk frühe Kindheit.

Jeder Podcast verweist auf die bestehenden Hilfsangebote in Stadt und Landkreis Bamberg, sowie auch auf den Online-Beratungsführer der Region. Unter www.psbfbamberg.de sind Beratungsangebote themenbezogen und übersichtlich einsehbar.