

Miteinander für psychische **Gesundheit**

Soziales Engagement für Menschen, die Ihre Hilfe brauchen

Sie möchten Ihre Freizeit sinnvoll gestalten und haben Freude am Kontakt zu anderen Menschen? Sie haben Verständnis für Menschen mit psychischen und sozialen Problemen?

pro mente OÖ sucht freiwillige Helfer*innen, die dazu beitragen, den Alltag von Menschen mit psychosozialen Problemen lebendiger und vielfältiger zu gestalten. Die Laienhelfer*innen begleiten Betroffene bei der Freizeitgestaltung, wie zum Beispiel bei Ausflügen und Unternehmungen oder stehen ganz einfach zum Plaudern zur Verfügung. Denn Ausgrenzung und Einsamkeit gehören oft zur Alltagserfahrung psychisch erkrankter Menschen. Die Laienhilfe von pro mente OÖ setzt es sich daher zum Ziel, die Teilhabe an der Gesellschaft zu fördern und Brücken ins Leben zu bauen.

Laienhelfer*in kann jede/r werden – mitbringen sollte man die Fähigkeit zum Zuhören und die Bereitschaft, einen Teil seiner Freizeit für gemeinsame Aktivitäten und Gespräche zur Verfügung zu stellen. Unterstützung bekommen sie von pro mente OÖ durch kostenlose Fortbildungen und regelmäßige Supervisionen.

Erfahrungsberichte von Laienhelferinnen und Laienhelfern:

„Mich beflügelt es selbst immer sehr, wenn ich mit Petra zusammen bin. Es kommt so viel Positives zurück! Mittlerweile ist eine richtige Freundschaft entstanden“, sagt Laienhelferin Daniela.

„Für mich fühlt es sich immer gut an, wenn wir uns treffen. Wir gehen spazieren, Kaffee trinken oder wandern. Einmal waren wir sogar gemeinsam essen. Diese Treffen bereichern mein Leben ungemein!“, erzählt Laienhelfer Günther.



Interessiert? Nähere Informationen:

Integrationshof Gilgenberg

Revier 22, 5133 Gilgenberg

Telefon: 07728 / 85 96

E-Mail: igp.gilgenberg@promenteoee.at

Ein Angebot von **pro mente** | **oö**

www.sucht-promenteoee.at