

## "Zeitbänklertreffen" ins Stadtschlaining



(Foto: Stadtgemeinde Stadtschlaining)

Am Freitag, 10. April, fand wieder ein "Zeitbänklertreffen" in Stadtschlaining statt. An diesem Nachmittag konnten ca. 25 Personen, sowohl Mitglieder des Zeitbankvereines als auch Interessierte, begrüßt werden.

Diesmal stand das Treffen unter dem Motto "Depression". Zwei nette, humorvolle Damen durfte die Gruppe begrüßen, welche über ihr gemeinsames Buch referierten und diskutierten. Nicht nur Petra, die tapfer gegen die Depression ankämpft, sondern auch Ingrid, die als "hilflose Helferin" zwischen ihren Gefühlen wie Ohnmacht, Unverständnis, Aggressionen und Schuldgefühlen schwankt, spricht die Emotionen vieler Angehöriger und Freunde an. Beide Autorinnen standen anschließend für Fragen zur Verfügung und es entstand eine lebhafte Diskussion. Die Schilderungen der beiden betroffenen Frauen sind ein positives Beispiel dafür, dass man auch Depressionen mit Hilfe wertvoller freundschaftlicher Unterstützung bewältigen kann. Bei Interesse am Buch kann über die Zeitbank 55+ Stadtschlaining gerne Kontakt zu den Autorinnen hergestellt werden.