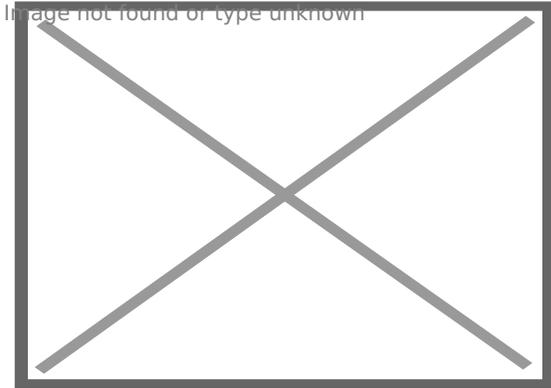


Beitrag von „Sys\_RoBOTer“ vom 23. März 2020, 09:13

[Zitat von Darc Notfunk Referat](#)



Die Einschränkungen um das SARS-CoV-2 Virus einzudämmen werden immer umfangreicher. Damit die Infektion medizinisch beherrschbar bleibt, werden die sozialen Kontakte immer weiter zurück gefahren. Wir als Funkamateure haben über unsere Technik zwar den Draht zur Welt, aber trotzdem kann man sich in der aktuellen Situation schlecht, verloren oder einsam fühlen.

Damit wir auch in diesen emotional sehr schwierigen Zeiten einen halbwegs klaren Kopf behalten können, gibt es Hilfestellungen. So hat zum Beispiel der psychologische Dienst des Bundesheeres von Österreich bereits vor 5 Tagen wichtige Hinweise veröffentlicht, wie man die Situation am besten übersteht. Dazu gehört unter anderem, dass man seine Gefühle akzeptiert und mit anderen darüber redet. Aber auch das aktive Suchen von Ablenkung und der Humor sind wirksame Strategien die soziale Distanz zu überstehen. Die gesamte Liste findet sich auf der Seite des Bundesheeres unter <http://www.bundesheer.at/archiv/a2020/corona/artikel.php>

Der drahtlose Kontakt mit anderen Funkamateuren in eurem Umfeld ist ebenfalls ein sehr wichtiger Punkt, um ein bisschen aufeinander Aufzupassen und eventuelle Hilfestellungen zu geben. Sei es beim Einkaufen, bei Botengängen oder einfach um miteinander zu reden. Vielleicht kommt aber irgendwann der Punkt, wo man auch auf den Bändern nicht mehr reden möchte oder kann, vielleicht weil es zu persönlich wird oder man Angst davor hat sich mit seinen Sorgen zu öffnen. Vielleicht ist dann auch im

direkten Umfeld niemand "greifbar" der zuhören kann, aber es gibt immer eine [Hilfe!](#) Die Telefonseelsorge ist unter 0800-1110111, 0800-1110222 und 116123 kostenfrei für jeden anonym zu erreichen. Auch unter <https://www.telefonseelsorge.de/> steht die Telefonseelsorge in einem Chat und auch via Email zur Verfügung. Für Jugendliche gibt es ausserdem das Kinder- und Jugendtelefon, welches unter 0800-1110333 zu erreichen ist.

Vielleicht wird sich jetzt der eine oder andere Fragen, wieso das Referat für Not- und Katastrophenfunk eine Meldung veröffentlicht, die auf den ersten Blick nichts mit Funk zu tun hat? Wir wissen, dass wir als Funkamateure eine starke Gemeinschaft bilden, die sich insbesondere auch durch Hilfsbereitschaft auszeichnet. Aber wir wissen auch, dass es Menschen gibt die ihren Freundeskreis und soziales Umfeld nicht mit Problemen belasten wollen. Wir sind der Meinung, dass wir für diese als Gemeinschaft ebenfalls eine Verantwortung tragen, gerade in der heutigen Zeit.

Alles anzeigen

Quelle: <http://www.darc.de/der-club/re...ch-und-fuer-funkamateure/>