

## **2. Symposium gegen Einsamkeit**

**Thema: Jung & Alt – gemeinsam statt einsam**

**Zeit: 14. März 2009, 10-16 Uhr**

**Ort: Ärztezentrum Wien, Frankgasse 8, 1090 Wien**

**Veranstalterin: Majda Moser, Lebens- und Sozialberaterin, Bioenergetikerin**

**Obfrau des Vereines ARGE gemeinsam- Arbeitsgemeinschaft gegen Einsamkeit**

*Nach dem großen Erfolg des vergangenen Jahres sprechen auch heuer wieder hochkarätige Vortragende zum Thema „Jung & Alt – gemeinsam statt einsam“*

„Über 350 Besucher bei der 1. Veranstaltung im Jahr 2008 haben gezeigt, wie wichtig es ist, sich diese Themas anzunehmen“, erklärt Majda Moser, Lebens- und Sozialberaterin, Bioenergetikerin, Leiterin der Selbsthilfegruppe ARGE gemeinsam, Initiatorin und Organisatorin des „Symposiums gegen die Einsamkeit“. Das Problem Einsamkeit - nicht immer gleichzusetzen mit Alleinsein – trete, so Moser, immer stärker in verschiedensten Formen in Erscheinung - als Einsamkeit in Kindheit oder Alter, als Einsamkeit in der Beziehung oder am Arbeitsplatz, als Einsamkeit durch Krankheit oder gesellschaftliche Ausgrenzung. Mit einer „Einmal-Aktion“ sei es daher nicht getan. Das 2. Symposium findet am 14. März 2008, 10-16 Uhr, im Ärztehaus Wien statt. „Behandelt werden wieder zahlreiche Facetten von Einsamkeit, von der Problematik bei Kindern bis hin zum Thema Alkohol & Einsamkeit.“, so Organisatorin Moser, die sich auch über die zahlreichen Top-Experten freut, die diesmal referieren und für Fragen zur Verfügung stehen.

### **Gemeinsam am Arbeitsplatz**

Als Vortragende konnten hochkarätige Experten gewonnen werden wie etwa Dr. Dagmar Wagner, Allgemeinmedizinerin und Arbeitsmedizinerin. Majda Moser: „Sie wird in ihrem Vortrag über florierende Betriebe berichten, in denen ältere und junge Mitarbeiter miteinander arbeiten und wie sich die verschiedenen Generationen optimal ergänzen können.“ Dr. Wagner stellt fest, „dass die psychischen Belastungen unserer Zeit immer mehr zunehmen und, dass es wichtig ist zu wissen wie man damit umgeht und welche Möglichkeiten es für geistiges Wohlfühlen gibt.“

## Kinder in der Einsamkeit

Schulmedizinerin Dr. Bianca Bauer, wird über die Problematik „Kinder in der Einsamkeit“ sprechen. Bauer: „Die familiäre Kommunikation untereinander wurde deutlich weniger. Kinder werden zwar häufig materiell verwöhnt, indem sie viel an Geld und technisches Equipment bekommen - Schlagwort Wohlstandsverwahrlosung - werden aber dadurch oft in eine Isolation geführt, weil keine Kommunikation mit ihnen geübt wird ( PC verbalisiert nicht). Nicht selten resultieren daraus letztendlich auch psychische und psychosomatische Probleme.“ Andererseits gebe es auch Kinder, auf die ein enormer Druck bezüglich Leistungen ausgeübt wird, sodass sie nur wenige oder gar keine echten Ruhephasen mehr haben.

## Einsamkeit und Alkoholismus

Mag.a Magret Bauer, Traumtherapeutin und Suchttherapeutin, wird die enge Verflechtung von Einsamkeit und Alkoholismus beleuchten. Bauer: „ Es gibt Menschen, die beginnen aus Einsamkeit zu trinken. Es gibt aber auch suchtkranke Menschen, die einsam geworden sind wegen ihrer Sucht. Und zu guter letzt kann man ich oft beobachten, dass jemand endgültig einsam wird, weil er mit dem Trinken aufhört. Ein besonders tragische Variante von Einsamkeit.“ Außerdem wird die Therapeutin auch auf die vielfältigen Gründe von Einsamkeit bei bei Alkoholabhängigen eingehen.

## Wege aus der Einsamkeitsfalle

Unter dem Motto „ gemeinsam vorsorgen“ wird Univ. Doz. Dr. Karl Sablik, Präsident der Österreichischen Akademie für Präventivmedizin und Gesundheitskommunikation, die Fähigkeit zur Freundschaft erläutern und anhand konkreter Beispiel schildern, wie ein gemeinschaftliches Leben doch möglich ist. Majda Moser , Gründerin und Leiterin der Selbsthilfegruppe ARGE gemeinsam, befaßt sich seit Jahren mit dem immer häufiger auftretenden Problem, dass eine Vielzahl medizinisch abgeklärter Menschen weiterhin an diagnostisch nicht erfaßbaren unterschiedlichen körperlichen Symptomen leidet. Sie konnte feststellen, „dass viele dieser Patienten, die eigentlich keine sein sollten, eines gemeinsam haben: Einsamkeit. Die Expertin nimmt sich des Themas Kommunikation und Einsamkeit an, spricht über Werthaltung in der Gesprächsführung, wie man transparent die eigene Ziele und Machtforderungen deklariert, einführend und empathisch zuhört, dabei aber echt ist und in Übereinstimmung mit seiner inneren Realität auch Andersartigkeit akzeptiert“.

## Rückfragehinweis und Bildmaterial:

Majda Moser, 1090 Wien, Sechsschimmelgasse 4/9 | Tel. +43 1 3101333  
E-Mail: [mail@bioenergetik.at](mailto:mail@bioenergetik.at) | [www.bioenergetik.at](http://www.bioenergetik.at)  
ARGE gemeinsam – Arbeitsgemeinschaft gegen Einsamkeit

Programm und Einladung anbei.