

## Ein Jahr Krieg in der Ukraine: Freiwillige brauchen Beratung und psychische Entlastung

**Am 24. Februar jährt sich der Einmarsch russischer Truppen in der Ukraine zum ersten Mal. Viele Menschen sind aus den Kriegsgebieten geflohen – auch nach Oberösterreich, wo die Plattform „zusammenhelfen in OÖ“ mehr als 100 Initiativen vernetzt und berät. Die häufigsten Anliegen der freiwilligen Helfer:innen drehen sich um rechtliche Fragen und die Psychohygiene.**

(Linz, 17. Februar 2023) Wenn Menschen in Not sind, ist auf die Zivilgesellschaft Verlass – so auch im Ukrainekrieg, dessen Ausbruch sich dieser Tage zum ersten Mal jährt. Seit Februar 2022 mussten mehr als 8 Millionen Menschen die Ukraine in Richtung Europa verlassen, davon leben mehr als 90.000 in Österreich. Auch in Oberösterreich engagieren sich viele Freiwillige für die geflüchteten Menschen, sammeln Geld- und Sachspenden oder stellen private Quartiere zur Verfügung. „Der freiwillige Einsatz so vieler Menschen hat eine rasche und punktgenaue Hilfe ermöglicht“, so Petra Pongratz, Geschäftsführerin des Vereins „dieziwi – Die Zivilgesellschaft wirkt“.

Über die Plattform „zusammenhelfen in OÖ“, die vom Verein dieziwi getragen wird, werden im Auftrag des Landes Oberösterreich freiwillige Initiativen und Ehrenamtliche im Migrationsbereich vernetzt und beraten – im Jahr 2022 waren es mehr als 100 Vereine und Initiativen. „Es ist unsere humanitäre Verantwortung, jenen Menschen zu helfen, die in unserer unmittelbaren Nachbarschaft vertrieben wurden und flüchten müssen“, sagt der zuständige Landesrat Wolfgang Hattmannsdorfer. „Unser großer Dank gilt den Oberösterreicherinnen und Oberösterreichern, die Wohnraum zur Verfügung gestellt haben und mit viel Einsatz und Engagement die Ukrainerinnen und Ukrainer dabei unterstützt haben, sich bei uns zurecht zu finden.“

### **Viele Einzelpersonen als freiwillige Helfer:innen**

Bei der Hilfe für die Menschen in und aus der Ukraine zeigt sich eine Besonderheit: Es sind vor allem Einzelpersonen, die nicht an einen Verein oder eine Initiative gebunden sind und sich zum Beispiel als private Quartiergeber:innen engagieren. „Diese Menschen sind nicht nur Unterkunftgeber:innen, sondern Ansprechperson für alles – das kann ohne Netzwerk sehr belastend sein“, schildert Pongratz. Weil sie kein professionelles Netzwerk im Hintergrund haben, wissen diese Freiwilligen oft nicht, bei welchen Stellen sie welche Antworten erhalten. „Wir haben daher sofort mit Ukraine-Update-Webinaren gestartet, als wir merkten, dass die Quartiergebenden und Freiwilligen aktuelle und gut gebündelte Informationen brauchen“, so Pongratz. Bei den sieben Webinaren mit insgesamt mehr als 200 Teilnehmer:innen waren unter anderem Expert:innen des AMS, der Volkshilfe, der Caritas, des ÖIF und Vertreter:innen des Landes OÖ mit dabei, um Fragen der Teilnehmenden zu beantworten.

Wenn dennoch Fragen offenbleiben, „versuchen wir das mit dem Infotelefon und dem Rechtsinfotelefon abzufangen“, sagt Pongratz. Im vergangenen Jahr sind knapp 1.000

Anfragen per E-Mail und Telefon eingegangen. Ein eigener Podcast informiert regelmäßig über aktuelle Themen. „Und natürlich unterstützen wir die Freiwilligen, aber auch Initiativen, Gemeinden und Organisationen mit unseren Weiterbildungsangeboten, Seminaren und Vorträgen.“

### **Psychohygiene als wichtiger Entlastungsfaktor**

Als wichtige Plattform haben sich insbesondere die Austauschtreffen in den Bezirken erwiesen, zu denen die privaten Quartiergeber:innen und freiwillig Engagierten sind. Diese bieten nicht nur die Möglichkeit zum Informationsaustausch, zur Vernetzung und der Suche nach Synergien, sondern auch für die Psychohygiene: „Es geht für viele jetzt darum, durchzuhalten, die eigenen Grenzen zu kennen und diese auch wahren zu können“, erzählt Projektleiterin Andrea Mayrwöger.

Ein Thema ist zum Beispiel der Umgang mit den oft sehr schweren Schicksalen der Geflüchteten. „Bei allen Austauschtreffen kommt bei der Schlussrunde mindestens einmal die Aussage: ‚Mir hat diese Veranstaltung heute sehr viel gebracht, weil ich jetzt weiß, dass es nicht nur mir so geht‘“, beschreibt Mayrwöger. „Das Engagement für die Geflüchteten kann unglaublich bereichernd sein, aber es geht darum, mit den Ressourcen der Freiwilligen schonend umzugehen.“

## **Über uns**

### **zusammenhelfen in Oberösterreich – Engagiert für Integration**

Das Projekt zusammenhelfen in Oberösterreich unterstützt freiwillig Engagierte, Initiativen, Vereine und soziale Organisationen bei ihrem Einsatz für geflüchtete und migrierte Menschen in Oberösterreich. Das kostenlose Angebot umfasst Informationen zu den Bereichen Asyl, Migration, Integration und Zusammenleben, diverse Austauschformate sowie Workshops und wird laufend erweitert. Das Projekt wurde 2015 initiiert, wird vom Verein „dieziwi – Die Zivilgesellschaft wirkt“ getragen und von der Integrationsstelle des Landes Oberösterreich gefördert.

[www.zusammen-helfen.at](http://www.zusammen-helfen.at)

### **dieziwi – Die Zivilgesellschaft wirkt**

Der Verein dieziwi ist eine österreichweite Plattform für zivilgesellschaftliches Engagement und unterstützt all jene, die mit ihren Ideen, Initiativen und Projekten dazu beitragen, dass unser (Zusammen-)Leben besser wird. Durch innovative Lösungsansätze und Projekte entstehen neue Partizipations- und Vernetzungsmöglichkeiten und tragen somit zur Nachhaltigkeit von zivilgesellschaftlichem Engagement bei. Der Verein wird unterstützt durch das Sozialressort des Landes Oberösterreich, die Integrationsstelle des Landes Oberösterreich, das Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, die Stadt Linz und den Fonds Gesundes Österreich.

[www.dieziwi.at](http://www.dieziwi.at)

### **Pressekontakt:**

Bernhard Lichtenberger, [bernhard.lichtenberger@dieziwi.at](mailto:bernhard.lichtenberger@dieziwi.at), 0660 99 67 219