



Förderung
Mit der Aktion „Engagieren & Kassieren“ werden Jugendliche finanziell unterstützt. Auch das Riedlinger Jugendforum bekam eine finanzielle Zuwendung. Der Scheck in Höhe von 3500 Euro wurde nun überreicht. Foto: Marion Buck



Wetterwarnung
Der Deutsche Wetterdienst rechnet diese Woche mit unwetterartigen Gewittern. Es müsse mit Sturmböen bis zu 70 km/h gerechnet werden. Am Donnerstag und Freitag werde das Wetter zudem nass und kühl. Foto: Colourbox



Neues Angebot
Demenz-Gespräche für Angehörige: Im Café Bar Plaza geht das. Zentrales Thema: Wer hilft mir? Der nächste Austausch findet am 18. Juni 2024 ab 14 Uhr für Angehörige statt. Hier gibt es Unterstützung und Aufklärung. Foto: CB

75

Das Grundgesetz wurde am vergangenen Donnerstag genau 75 Jahre alt.

Die Hilfe eines Psychologen in Anspruch nehmen – das ist in der Gesellschaft häufig noch ein Tabu-Thema Foto: Colourbox



Zur Therapie zu gehen, ist ein Tabu-Thema

Eine Biberacher Psychologin klärt auf, warum es so wichtig ist, sich Hilfe zu suchen

Psychologin Sabine Mayer-Bolte aus Biberach erzählt dem Südfinder, warum der Gang zum Psychologen ein Tabu-Thema in der Gesellschaft ist.

VON MILENA KAMP

Warum ist der Psychologe in der Gesellschaft so ein Tabu-Thema?

Ich glaube das ist noch ein sehr altes Thema. Wir kennen alle die Sprüche: „Der ist doch reif für die Klapse“ oder „Der/die

spinnt, ist durchgeknallt“. Das will niemand sein, da möchte niemand dazu gehören, keiner möchte als verrückt bezeichnet werden. Deshalb glaube ich, dass das Thema immer noch mit Scham behaftet ist. Außerdem wissen wir, wie es sich anfühlt zum Zahnarzt oder der Zahnärztin zu gehen, was bei der Hausärztin gemacht wird, wie es bei der Kieferorthopädie zugeht. Aber, was bei einer Psychotherapie passiert, wissen die meisten nicht so genau und das verur-

sacht Unsicherheit.

Wie wichtig ist es, sich in Therapie zu begeben?

Grundsätzlich sind wir in der Lage auch ohne Therapie Lebensherausforderungen zu meistern. Wichtig sind hier jedoch unsere sozialen Kontakte wie Familie und Freunde. Auch die persönliche Resilienz unterstützt uns, Krisen zu bewältigen. Man muss sich nicht gleich bei jedem Problem in eine Therapie begeben.

Wann merkt man, dass man psychologische Hilfe braucht?

Wenn sich eine psychische Belastung nicht verändert oder sich verschlimmert und, wenn man niemanden hat, dem man sich anvertrauen kann, sollte man sich professionelle Hilfe holen. Es ist ratsam, sich rechtzeitig in Therapie zu begeben und manchmal reichen schon ein paar Sitzungen aus, um aus einer Krise wieder heraus zu kommen.

Was sind die häufigsten Erkrankungen?

Die meisten Patienten in meiner Praxis würde ich nicht als krank bezeichnen, sondern die Symptome sind Lösungsversuche der Psyche und Seele. Häufige Themen sind belastende Konflikte in Beziehungen, Erschöpfungssyndrom und Ängste sind auch häufige Themen als auch depressive Symptome, Trauer, traumatische Erlebnisse, ein unerfüllter Kinderwunsch oder Trennungen.

Nachflohmarkt Neufra

Shoppern, aber mal auf eine andere Art

Allerlei Brauchbares wird im Ambiente des Waldstadions Neufra – Dieses Jahr findet der Nachflohmarkt am Freitag, 31. Mai, statt. Die Standplätze befinden sich am Zugang und am Hauptspielfeld des Waldstadions in einer entspannten Atmosphäre mit Lagerfeuer und Lichterketten. In Riedlingen-Neufra findet so jeder sein Schnäppchen.

RIEDLINGEN/NEUFRA - Zwischen Verhandeln und Herumschlendern kommt das gemütliche Beisammensein mit allerlei kulinarischem Angebot beim Nachtflohmarkt nicht zu kurz. Egal, ob Verkäufer oder Schnäppchenjäger, je-

der ist willkommen. Am Freitag, zwischen 18 und 24 Uhr, kann fleißig geshoppert werden. Der Veranstalter (Fußballverein Neufra) weist darauf hin, dass der Flohmarkt auch bei Wind und Wetter stattfindet. Somit braucht sich niemand Sorgen darum machen, dass er abgesagt werden könnte. Es wird dennoch empfohlen, einen Regenschutz mitzubringen.

Auf Gebrauchtwaren aller Art, handwerklich hergestellte Gegenstände und auch kunstgewerbliche Artikel kann man sich freuen. Auch weist der Veranstalter darauf hin, dass das Festgelände nur bedingt mit dem Auto oder Anhänger befahren werden kann. PM/red



Sowohl die Kleinen als auch die Großen können sich auf den Flohmarkt freuen Foto: O.H

SOMMERFEST 30.5.-3.6.2024

DONNERSTAG, 30. MAI ab 17.00 Uhr verschiedene Burger und Happy Hour auf Getranke Blasmusik meets Guggabands Blasmusikparty ab 19.00 Uhr - Musikkapelle Engetried - Xälzbara Dünnau - Push Itz Marbach - LumpaSeckl Mengen	FREITAG, 31. MAI DJ Lok ab 21.00 Uhr neon SUMMER night Eintritt 5 € Einlass ab 16 Jahren nur mit Partypass SAMSTAG, 1. JUNI Kein Festbetrieb	SONNTAG 2. JUNI 10.00 Uhr Zellgottesdienst mit dem Kirchenchor Moosheim 11.00 Uhr Frührschoppen mit der Winzerkapelle Jechtingen Schleppertreffen 11.30 Uhr Mittagstisch	MONTAG 3. JUNI 17.00 Uhr Feierabendhock mit Vesper 19.30 Uhr Festausklang mit den Egerländer Musikanten der Stadtkapelle Ochsenhausen Freier Eintritt! Veranstalter: MV Moosheim-Tissen e.V. Bewirtung: Bewirtungs-GbR Moosheim Fest-GbR Moosheim Festbetriebs-GbR Moosheim-Tissen
--	--	--	---

Wir laden Sie herzlich ein und freuen uns über Ihren Besuch. **Musikverein Moosheim-Tissen** www.mv-moosheim-tissen.de

Reiseziele Europa
Österreich
Ferienhütte in Vorarlberg frei
www.msc-huetten.de

GEDRUCKT – PRAKTISCH – WIRKT
Der Kleinanzeigenmarkt der Schwäbischen Zeitung
Rufen Sie an: 0751 2955 5444
Buchen Sie online: schwabische.de/anzeigen

schwäbische KLEINANZEIGEN

cjd
Das Bildungs- und Sozialunternehmen

Ihre Spende wirkt
... direkt, effektiv und nachhaltig.
Ermöglichen Sie jungen Menschen ein Leben mit Perspektive. Danke, dass Sie helfen!

Mehr zu unseren Projekten:
www.cjd-bw.de/spenden

Das Zusammen wirkt.



immer dran.

Südfinder

Entdecke jetzt den aktuellen **Online-Prospekt** auf

KÜCHEN BLOCK www.moebel-block.de **MOBEL BLOCK**

Möbel Block GmbH Wiesentalstraße 41, 88074 Meckenbeuren, Tel. +49 (0) 7542 / 93 50-0, E-mail: info@moebel-block.de

Neue Wohnideen entdecken! Einfach mit dem Smartphone den Code scannen!

daheim Ideen für ...die schönsten Seiten des Wohnens aus Meckenbeuren!
inter living spezial: Neue Trends für mehr Komfort!
Industrial Look voll im Trend...
Perfektes Relax-Erlebnis...