

## Psychosoziale Zentren Tirol: „Reden wir darüber!“

- **Beratung für Menschen mit psychischen Belastungen und deren Angehörige**
- **Acht Standorte in Innsbruck, Ober- und Unterland, Außerfern sowie Osttirol**
- **Über 8.000 Beratungen im Jahr**
- **Internationaler Aktionsmonat „Yellow September“ macht auf Bedeutung psychosozialer Gesundheit aufmerksam**

Von leichtem seelischem Unwohlsein bis zu schweren psychischen Erkrankungen: Psychosoziale Belastungen können in verschiedenen Ausprägungen auftreten. „Reden wir darüber! Vertraulich. Kompetent. Zeitnah. Kostenlos“ ist das Motto der Psychosozialen Zentren Tirol (PSZ). Als Erstanlaufstellen bieten sie niederschwellige Beratung für Menschen mit psychischen Belastungen sowie deren Angehörige. Es gibt es acht Beratungsstellen in ganz Tirol: zwei in Innsbruck (Maximilianstraße und Schöpfstraße), zwei im Oberland (Imst und Landeck), zwei im Unterland (Wörgl und Kitzbühel) sowie je eine im Außerfern (Reutte) und in Osttirol (Lienz). Im Vorjahr wurden in den PSZ insgesamt über 8.000 Beratungen durchgeführt.

Der internationale Aktionsmonat „Yellow September“ rückt die Bedeutung psychosozialer Gesundheit in den Mittelpunkt. Er reicht bis zum 10. Oktober, dem Welttag der psychischen Gesundheit, und wird heuer erstmals auch in Österreich als gemeinsame Initiative organisiert.

„Die Psychosozialen Zentren Tirol bieten rasch und unkompliziert Hilfe. Damit erreichen sie auch Menschen, die bisher keine Unterstützung gesucht haben. Oftmals genügt schon ein einziges Gespräch, um Entlastung zu schaffen und neue Perspektiven zu eröffnen. Anlässlich des ‚Yellow September‘ lade ich einmal mehr dazu ein, frühzeitig Hilfe in Anspruch zu nehmen – weil die psychische Gesundheit genauso wichtig ist wie die körperliche“, betont Landesrätin **Eva Pawlata**.

„Die Belastungen, mit denen die Menschen zu uns kommen, sind vielfältig und reichen von akuten traumatischen Ereignissen bis zu chronischen psychiatrischen Erkrankungen“, erklärt Geschäftsführer **Michael Wolf**. Ein multidisziplinäres Team vor Ort hilft bei der Klärung der Problemlage, entwickelt gemeinsam mit den KlientInnen Handlungsstrategien und sucht nach geeigneten weiterführenden Hilfen. In der Regel können die PSZ Hilfesuchenden innerhalb von zwei bis zehn Werktagen einen Beratungstermin anbieten. Die Terminvereinbarung erfolgt Montag bis Freitag von 9 bis 14 Uhr unter der Telefonnummer 050 500 oder über ein Kontaktformular auf der Website: [www.psz.tirol](http://www.psz.tirol).

---

### Psychosoziale Zentren Tirol

Montag bis Freitag von 9 bis 14 Uhr

Tel.: 050 500

E-Mail: [office@psz.tirol](mailto:office@psz.tirol)

Web: [www.psz.tirol](http://www.psz.tirol)