

## KIJUNEMO-SERIE TEIL 5

# Zurück ins Leben

Niki stand vor dem Suizid. Jetzt führt er ein glückliches Leben.

**MOSTVIERTEL** Niki, 23, über sein Tief – und wie er es überwand:  
„Ich bin Niki, 23 Jahre, und erzähle aus meinem Leben:

Meine Kindheit und Jugend waren geprägt von Streit, Wohnungs- und Schulwechsel. Die Einsamkeit und Leere breitete sich immer mehr in mir aus. Auch die Schule wurde zur Hölle. Ich hatte das Gefühl, ein ungeliebter, hässlicher Mensch zu sein. Vielleicht, so dachte ich, bin ich sogar schuld an der

Scheidung meiner Eltern. Meine Verzweiflung trieb mich dazu, mich zu ritzen und zu schneiden, endete im Suizidversuch und in der Psychiatrie. Es gab Gespräche in der Psychiatrie, mit den Eltern und mir. Danach in der Schule, wo mir auch eine Beratungslehrerin zur Seite stand, fanden meine Eltern gemeinsam den Weg mit mir in die Psychotherapie.

Dort stellten wir unter anderem einen Notfallkoffer zu-

sammen, damit mir – anstatt mich zu verletzen – alternative Hilfsmittel oder Handwerkszeug zur Verfügung standen. Insbesondere befanden sich darin Telefonnummern sowie eine schrittweise Anleitung für einen echten Notfall. Diesbezüglich gab es sogar ein Gespräch in der Schule, mit allen, die mir halfen.

## Der Notfallkoffer funktioniert

Diesen Notfallkoffer wollte ich bis an die Grenze testen – und er funktionierte. Ich bekam Halt durch die Zusammenarbeit von Psychiatrie, Psychotherapie, Hausarzt und Eltern. Das war der Wendepunkt.

Ich konnte in der Psychotherapie meine Lebensgeschichte bearbeiten und heute stehe ich mit einer sehr guten



Schul- und Berufsausbildung im Leben. Ich bin glücklich und weiß, wo ich mich hinwenden kann, wenn ich spüre, dass es mir nicht gut geht.

Der Schlüssel zu meinem Leben war, dass ich mich selbst gut kennengelernt habe, mich mag, Grenzen wahrnehme, einen gefestigten Freundeskreis und ein schönes Zuhause habe. Danke an alle im Helfernetz, die mir dabei geholfen haben.“

Genau diese Zusammenarbeit von Fachkräften fördert das Kinder- und Jugendnetzwerk Mostviertel.

## i Infos

- [www.kijunemo.at](http://www.kijunemo.at)
- [info@kijunemo.at](mailto:info@kijunemo.at)
- [www.doej.at](http://www.doej.at)

## Advent im traumhaften Opatija

Ein paar Urlaubstage am Meer – das kann schon was!



Opatija, die Königin von Istrien, wurde bekannt durch den österreichisch-ungarischen Adel. Die Stadt, die nach wie vor für Stil und Klasse steht, ist schon aus diesem Grund eine Reise wert!

Die Adventzeit in Opatija ist zudem etwas ganz Besonderes. Genießen Sie die verschiedenen kulinarischen Spezialitäten, Glühweine, traditionelle Weihnachtskuchen und vieles mehr. Die Straßen sind mit bunten Lichtern und Weihnachtsbäumen geschmückt und erfüllen die Herzen der Besucher mit Freude und Frieden. Die beleuchteten Straßen und Plätze geben der bezaubern-



Wahrzeichen von Opatija: das Mädchen mit der Möwe.  
Foto: iStock

den Küstenstadt mit ihren Villen aus der Habsburgerzeit eine romantische und gemütliche Atmosphäre.

Die Promenade Lungomare, die Franz-Joseph-Promenade, war schon immer eine magische Ecke in der Region Kvarner. Entdecken

Sie die versteckten Buchten, genießen Sie einen Spaziergang am Meer entlang – von Volosko über Opatija nach Lovran, rund zehn Kilometer lang.

Verbringen Sie einen unvergesslichen Urlaub an der Adria!

Werbung

## Wissenswertes

**Termin:** 8. bis 11. 12. 2022  
**Preis:** ab 349 Euro pro Person (im Doppelzimmer); Aufzahlungen: Einzelzimmerzuschlag 99 Euro, Aufzahlung Doppelzimmer zur Meerseite 35 Euro, Verlängerungsnacht im Doppelzimmer 55 Euro, Verlängerungsnacht im Einzelzimmer 89 Euro, Kinderpreis (bis zwölf Jahre) 139 Euro

**Leistungen:** Selbstanreise mit dem eigenen Pkw; \*\*\*Hotel Paris oder ähnlich; drei Nächtigungen in der gebuchten Zimmerkategorie; W-LAN; dreimal Frühstücksbuffet, dreimal Abendbuffet; einmal SPA-Oase (Eintritt: Montag bis Donnerstag); Eintritt Hotel-Casino; zweistündiger Stadtrundgang in Opatija; Tagesausflug Trüffelsuchen mit Verkostung, Mittagessen während des Tagesausfluges

**Infos und Buchungen:** in allen Raiffeisen- und GEO-Reisebüros österreichweit, 02742/354681, E-Mail: [noen@raiffeisen-reisen.at](mailto:noen@raiffeisen-reisen.at)  
**Mindestteilnehmeranzahl:** 2