

Liebe Kirchenmitglieder,
sehr geehrte Damen und Herren,

unser Leben, wie wir es kannten, ist seit einem Jahr aus seinen Bahnen geworfen worden. Für einige wurde der Alltag gebremst und entschleunigt, andere wurden plötzlich „systemrelevant“ genannt und haben mit großen Herausforderungen und Belastungen zu kämpfen. Andere sind nun schon lange Zeit alleine, isoliert und auf sich selber gestellt. Und für manche ist von heute auf morgen die wirtschaftliche Existenz bedroht. Das Corona-Virus verändert uns und unsere Gesellschaft und nicht immer ist es leicht, damit umzugehen.

Wir als Diakonisches Werk Tübingen und Evangelischer Kirchenbezirk Tübingen möchten Ihnen daher eine Übersicht über professionelle und dauerhafte Beratungsangebote geben. Diese Angebote sind offen, unabhängig von der Herkunft, dem Status oder der Religionszugehörigkeit. Sie sind alle kostenfrei. Eine vorherige Anmeldung per Telefon ist notwendig, um zu klären, in welcher Form die Beratung angeboten werden kann. Falls ein Anrufbeantworter geschaltet ist, sprechen Sie gerne Ihren Namen und Ihre Telefonnummer auf. Wir rufen Sie zurück.

Bitte trauen Sie sich, um Unterstützung anzufragen, wir sind für Sie da und helfen auch gerne zunächst bei der Klärung der Situation.

Evangelische Angebote: (Übersicht: <https://www.kirchenbezirk-tuebingen.de/beratung>)

Sozial- und Lebensberatung im Diakonischen Werk Tübingen – begleitet und berät, wenn man sich in einer sozialen oder materiellen Notlage befindet, und unterstützt bei der Beantragung von Sozialleistungen (ALG I, Kurzarbeit, Jobcenter, Sozialamt), aber auch bei Lebensumbrüchen und in Lebenskrisen. Kurberatung ist auch möglich. Kontakt: 07071-930470 (Sekretariat)

Jugendmigrationsdienst im Diakonischen Werk Tübingen – berät Junge Menschen bis 27 Jahre mit Migrationshintergrund in ihren aktuellen Lebenslagen und Situationen. Kontakt: 07071-930470 (Sekretariat)

Psychologische Beratungsstelle Brückenstraße – Hilfe in schwierigen Situationen mit sich selbst, im Kontakt mit anderen, im Verhältnis zu den Eltern, dem Partner, Kindern oder der Familie und in anderen Situationen. Für Jugendliche und Erwachsene. Kontakt: 07071-92990 (Sekretariat)

Schuldnerberatung und Jugend-Schulden-Beratung – berät und hilft bei finanziellen Problemen und Verschuldung. Kontakt: 07071-9304871 (Sekretariat)

Suchtberatung und aufsuchende Suchthilfe im Alter – unterstützt und berät Menschen und ihre Angehörigen, die mit Alkohol, Medikamenten und illegalen Drogen oder mit süchtigen Verhaltensweisen zu kämpfen haben. Kontakt: 07071-750160 (Sekretariat)

Telefonseelsorge – anonym, kompetent und rund um die Uhr für alle Anliegen. Kontakt: 0800-1110111 und 0800-1110222 bundesweite kostenlose Rufnummer

Seelsorge vor Ort – Der Pfarrer, die Pfarrerin Ihrer Kirchengemeinde und andere Hauptamtliche stehen Ihnen für all Ihre Anliegen gerne zur Verfügung. Die Kontaktdaten finden Sie im Gemeindeblatt und auf der jeweiligen Homepage.

Kirche am Markt – Gespräch, Beratung und Information im Gemeindehaus Lamm am Marktplatz Tübingen, Kontakt: 07071-6878775.

Wie ich mit Mose gewesen bin, so will ich auch mit dir sein.
Ich will dich nicht verlassen noch von dir weichen. Josua 1, 5b



Einige weitere Angebote (es handelt sich um keine vollständige Liste):

Jugend-Familien-Beratungszentrum (JFBZ) – Beratung für Kinder, Jugendliche und Eltern in Tübingen, Mössingen und Rottenburg. Kontakt Tübingen: 07071-2076303 (Sekretariat)

Tima e.V. – die Tübinger Initiative für Mädchen*arbeit bietet in zwei Fachstellen Beratung bei Ess-Störungen für Jugendliche und Eltern sowie Schutz vor sexualisierten Übergriffen und Gewalt, Kontakt: 07071-763006

Frauen helfen Frauen e.V. – bei häuslicher Gewalt, sexualisierter Gewalt, Gewalt gegen Kinder. Kontakt: bundesweites kostenloses Hilfetelefon rund um die Uhr mit Weitervermittlung nach Tübingen: 0800-0116016

Pfundskerle e.V. – Beratung für gewalttätige Männer, Beratung zur Deeskalation, Kontakt: 07071-360 989 handeln@pfunzkerle.org - Beratung für Männer, die sexualisierte Gewalt erlebt haben, unter 07071-79 111 01 agit@pfunzkerle.org Bundesweites Hilfetelefon Gewalt an Männern unter 0800-1239900 bzw. maennerhilfetelefon.de

Schwangerschaftsberatungsstellen – Beratung während der Schwangerschaft bis zum 3. Lebensjahr. Kontakt: Caritas 07071-79620 (Sekretariat), Landratsamt 07071 207-3318 (Sekretariat), Pro Familia 07071-34151 (Sekretariat)

Arbeitskreis Leben Reutlingen/Tübingen – bietet Hilfe in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr. Kontakt: 07071-19298

Youth-Life-Line – Hier helfen Jugendliche Jugendlichen. Persönlich, anonym und online: www.youth-life-line.de

Migrationsberatung – berät Menschen mit Migrationshintergrund über 27 Jahren zu Themen wie Aufenthalt, Sprache und Arbeit. Kontakt: Caritas 07071-79620 (Sekretariat) Infö 07071-33005 (Frau Zent)

Pflegestützpunkte – bieten Auskunft und Beratung im Alter und bei Pflegebedürftigkeit. Standorte in Tübingen, Rottenburg und Mössingen. Kontakt in Tübingen: 07071-9646646

Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V. - ist Ansprechpartner bei allen Fragen rund ums Thema Alter und bei Erkrankungen wie Demenz, Ängste oder Depression im Alter. Kontakt: 07071-22498

Corona-Angst-Krisentelefon – bietet psychotherapeutische Beratung bei „Corona-Angst“. Universitätsklinik Tübingen – Zentrum für psychische Gesundheit: 07071-2962500

Für weitere Fragen oder Anregungen stehen wir Ihnen im Diakonischen Werk Tübingen gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Esther Peylo (Geschäftsführerin), Tilman Just-Deus (Diakoniefarrer), Elisabeth Hege (Dekanin)