

Möglichkeiten emotionaler Unterstützung

Die aktuelle Situation in Deutschland bzgl. der Corona- Krise beinhalten weiterhin klare Kontaktbeschränkungen.

Das hat auch Auswirkungen auf die Treffen von Selbsthilfegruppen. Es finden keine regulären Treffen von Selbsthilfegruppen statt.

Selbsthilfegruppen sind für viele wertvolle Orte, in denen Menschen Halt und das Gefühl, nicht allein zu sein, erfahren. In Zeiten von Corona ist dieses sehr schwierig. Auch wenn manche der Gruppen per Telefon, WhatsApp oder Videokonferenzen in Kontakt sind, fehlt häufig die emotionale Unterstützung. Wir haben eine Liste von telefonischen Hilfsangeboten zusammengestellt, wo Sie emotionale Unterstützung finden können. Diese Liste stellt eine Auswahl dar und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

- **Bürgerhotline des Kreises Gütersloh**

für Bürgerinnen und Bürger des Kreises Gütersloh und ihre Fragen rund um das Thema Corona

- Rufnummer: 05241 85-4500, Mo-Fr von 8-17 Uhr
- ab 17 Uhr kann das Bürgertelefon der Kassenärztlichen Vereinigung unter Telefon 116117 angerufen werden

- **Corona-Sorgentelefon des Caritasverbandes GT**

gemeinsam mit der Stadt Rheda-Wiedenbrück und der Gemeinde Langenberg

- Rheda- Wiedenbrück 05242/96 32 42, Mo-Fr 9-12 und 14-17 Uhr
- Langenberg 05248/50 845, Mo-Fr 9-12 und 14-17 Uhr

www.caritas-guetersloh.de/aktuelles/corona-sorgentelefon

- **Krisendienst Kreis GT**

Telefon 05241 – 531300, Mo-Fr 19-7 Uhr, Sa-So + Feiertag 24 Stunden

www.krisendienst-gt.de

- **Caritas Suchtberatung per Telefon GT**

Telefon 05241/99 40 70, Mo-Do 9-17, Fr 9-14 Uhr

www.caritas-guetersloh.de/sucht-und-drogenhilfe/suchtberatung

- **Demenzberatung per Telefon der Diakonie GT**

Telefon 05241/98 67 35 20, Mo 10-14, Mi 10-15, Do 14-18, Fr 10-12 Uhr

www.diakonie-guetersloh.de/leistungen/senioren/beratung-demenz

- **Trauergespräche per Telefon des Hospiz- und Palliativ Vereines Gütersloh e.V.**

Telefon 05241 7089023 und 05241 7089024

www.hospiz-und-palliativmedizin.de/ambulanter-hospizdienst/trauerbegleitung-in-guetersloh-und-umgebung

- **BDP-Corona-Hotline des Berufsverbandes Deutschen Psychologinnen und Psychologen**

BDP-Corona-Hotline 0800 777 22 44 (kostenfrei), täglich 8-20 Uhr

www.bdp-verband.de/aktuelles/2020/corona/bdp-corona-hotline.html

- **Seelefon des Bundesverbandes Angehöriger psychisch kranker Menschen e.V.**

Seelefon 0228/71 00 24 24

www.lv-nrw-apk.de/direkter-draht

- **Info-Telefon Depression der deutschen Depressionshilfe**

Telefon 0800 / 33 44 533 (kostenfrei), Mo, Di, Do 13-17, Mi, Fr 8:30-12:30 Uhr

www.deutsche-depressionshilfe.de

- **Krebshilfe:**

Hotline 0800/80708877 (kostenfrei), Mo-Fr 8-17 Uhr

www.krebshilfe.de/helfen/rat-hilfe/ihre-persoенliche-beratung-dasinfonetzkrebs/?utm_campaign=NL_20200331_Infonetz&utm_source=newsletter_allgemein

- **Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen**

Telefon 08000 116 016 (kostenfrei), täglich 24 Stunden
www.hilfetelefon.de

- **Telefonseelsorge**

Telefon: 0800/111 0 111 und 0800/111 0 222 (kostenfrei), täglich 24 Stunden
www.telefonseelsorge.de

- **Silbernetz: Rufnummer für einsame Senioren**

Silbertelefon - 0800 4 70 80 90 (kostenfrei), täglich 8-22 Uhr
www.silbernetz.org

- **Sucht & Drogen Hotline**

Telefon: 01805 31303 (kostenpflichtig), täglich 24 Stunden
www.bzga.de/service/infotelefone/sucht-drogen-hotline