



TelefonSeelsorge

Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr.

Oberschwaben-Allgäu-Bodensee



Jahresbericht 2020

Einführung

*Wir haben viel über digitale Möglichkeiten gelernt.
Krise macht erfinderisch und vieles ist möglich,
aber nichts ersetzt den persönlichen Kontakt.“*
Jaap Jakobs

Die Coronakrise hat uns im Jahr 2020 viel abverlangt und unsere Planungen auf den Kopf gestellt. Wir haben mit der Zeit gelernt mit neuen Formen der digitalen Kommunikation umzugehen und sind froh und dankbar, dass wir mit unseren haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen bis zum Ende des Jahres gut durch die Krise gekommen sind. Für viele Hilfesuchende war die TelefonSeelsorge in diesem Jahr der Pandemie ein bewährter und gut aufgestellter „Rettungsanker“. Daher gilt allen ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen, die mit ihrem Einsatz rund um die Uhr und somit 365 Tage und Nächte in diesem belastenden Jahr eine Rekordleistung von rund **13,5% mehr Seelsorge- und Beratungsgespräche** (10.907) geführt haben als im Vorjahr. In Zahlen ausgedrückt klingelte das Telefon in Ravensburg 13.560 mal. und somit 11% öfter als im Vorjahr. Dabei waren die Themen „Partnerschaft“ und „Familiäre Beziehungen/Alltagsbeziehungen“ an die erste Stelle gerückt, gefolgt von den Themen „Einsamkeit“ und „Depressive Stimmung“. Neu war die Bedeutung des Themas „Arbeit“ und „Angst vor Arbeitsplatzverlust“, was die Themenwelt der Coronakrise deutlich widerspiegelte. Auch in der Chat- und Mailseelsorge waren die Themen „Depressive Stimmung“ und „Ängste“ an die 1. und 2. Stelle gerückt.

Insgesamt waren 92 aktive ehrenamtliche Mitarbeiter*innen rund um die Uhr in 5 Schichten am Telefon im Einsatz. Davon 27 Personen zusätzlich in der Chat- (21) und Mailseelsorge (7). Der Altersdurchschnitt der Mitarbeiterschaft beträgt 63 Jahre. Die Altersspanne reicht von der jüngsten Mitarbeiterin mit 32 Jahren bis zur ältesten Mitarbeiterin mit 84 Jahren. Die Geschlechterverteilung zeigt 73% Frauen und 27% Männer.

Parallel zum ersten Lockdown wurde von der Bundesebene der TelefonSeelsorge Deutschland die **Krisen-Kompass-App** kostenlos als Erste Hilfe Koffer für die Hosentasche freigeschaltet. Innerhalb kürzester Zeit war sie auch in der Mitarbeiterschaft eingeführt. Ein siebenköpfiges Ehrenamtlichenteam hatte sich bereit erklärt, die Kolleg*innen in der Anwendung der App technisch und inhaltlich zu schulen.

Das geplante **Fortbildungsprogramm** der „TelefonSeelsorge Akademie“ musste mehrfach abgesagt, verschoben oder umgestellt werden. Schnell wurde zudem klar, dass wir uns auf die neue digitale Welt mit **Online - Ausbildung, Fortbildung und Supervision** umstellen mussten. Im zweiten Halbjahr ist es gelungen, alle technischen Voraussetzungen mit Hilfe von fachkundigen Mitarbeiter*innen anzuschaffen und die Mitarbeiterschaft im Umgang mit Videokonferenzen zu schulen, sodass mehrere Fortbildungen und Supervisionen **online** stattfanden. Den Höhepunkt bildete dabei die erste Online-Jahrestagung mit der gewohnten Mitarbeiterversammlung und einem Fortbildungsvormittag zum Thema **„Verbundenheit herstellen – Krisen bewältigen“** mit Prof. Helga Kohler-Spiegel.

Auf Ende des Jahres wurde der **Vorstand neu gewählt**. Dabei gab es eine einschneidende Veränderung mit der Verabschiedung von unserem sehr geschätzten Herrn Codekan Dr. Gottfried Claß als stellvertretenden Vorsitzenden im Vorstand in seinen wohlverdienten Ruhestand. Herr Pfr. Wolfgang Bertl übernahm als erfahrenes und als langjähriges Mitglied im Vorstand seine Stelle. Der Vorstandsvorsitzende Herr RA Bernhard Vesenmayer war bereit, seine Amtszeit noch einmal um fünf Jahre zu verlängern. Zur großen Freude wurde er für all seinen ehrenamtlichen Einsatz und hoch engagierten Verdienste für das Gemeinwohl mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet. Wir bedanken uns auch bei allen ausgeschiedenen und neu gewählten Vorstandsmitgliedern für ihr Engagement.

Die Pandemie ist noch nicht überwunden und wir werden auf die Zukunft hin noch viel Kraft, Geduld, Vertrauen und Verbundenheit brauchen, um unsere inneren Haltungen im Umgang mit der Krise zu kräftigen. Wir werden auch finanzielle Unterstützung brauchen und hoffen, dass uns unsere Träger und vor allem auch Zuschussgeber und Sponsoren weiterhin tatkräftig unterstützen, damit wir auch in Zukunft für Menschen in seelischer Not gut aufgestellt da sein können.

Dr. Gabriela Piber

Statistik 2020 - Seelsorge und Beratung in Zahlen

1. Statistische Auswertung der TelefonSeelsorge Deutschland

Vor viele Herausforderungen wurde unser Land im Jahr 2020 durch die Corona-Pandemie gestellt. Die TelefonSeelsorge stand mit ihrer Arbeit häufig im öffentlichen Interesse. Viel war nicht nur in der TS in Ravensburg zu tun, sondern auch auf der Bundesebene gab es deutlich mehr Telefonanrufe, die die TS erreichten.

Die Statistik der Bundesebene zeigt folgende Ergebnisse:

- **Im April waren es 13,6% mehr Gespräche als im Vorjahr.**
- Die größte Steigerung im Monatsvergleich war im November mit 14,6%!
- In der Osterwoche hatten wir 25% mehr Anrufe als im vergleichbaren Vorjahreszeitraum.
- Im Monat Dezember wurden 7% mehr Gespräche geführt als im Vorjahr.
- Der Bedarf nach Gesprächen ist weiterhin groß.
- Im Jahresdurchschnitt wurden 5% mehr Gespräche geführt als im Vorjahr.

Die Online-Seelsorge liegt weiterhin im Trend.

- Es gab über 40% mehr Kontakte per Mail und Chat als im Vorjahr.
- An den Weihnachtstagen 2020 wurden täglich ca. 150 Chats durchgeführt.
- Im selben Zeitraum des Vorjahres waren es täglich 44 Chats.

Vorrangig waren an den Weihnachtstagen die Themen

- „Einsamkeit“ (Telefon: über 27%)
- „Depressive Stimmung“ (Mail: fast 30%).
- Werden die Themen „Leben in Partnerschaft“/ „Familiäre Beziehungen“/ „Alltagsbeziehungen“ zusammengefasst, machen sie über 35% der Gesprächsthemen am Telefon aus.

2. Statistische Auswertung der TS Oberschwaben-Allgäu-Bodensee

2.1. Mitarbeiterschaft

92 Ehrenamtliche der TelefonSeelsorge Oberschwaben-Allgäu-Bodensee (TS) leisteten in den 365 Tagen und Nächten Dienst am Telefon, in der Mail- und Chat-Seelsorge, anonym, kompetent und rund um die Uhr. Innerhalb von 24 Stunden sind 5 Personen im Einsatz. In den höher frequentierten Abendstunden zwischen 19.00 und 23.00 Uhr ist eine zweite Telefonleitung besetzt, dadurch wird die Erreichbarkeit der Stelle um 10% erhöht. Zudem findet der Einsatz in der TSI Arbeit (TelefonSeelsorge im Internet/ Mail- und Chat-Seelsorge) stundenweise zusätzlich statt. 27 Ehrenamtliche engagierten sich in diesem Bereich.

Von den 12 Auszubildenden waren zum Ende des Jahres noch 8 Personen „im Boot“. Von 5 Mitarbeiterinnen mussten wir uns am Ende des Jahres auf deren Wunsch hin verabschieden. Die Zahl der Mitarbeiterschaft ermöglicht eine nahezu lückenfreie Dienstbesetzung.

2.2. Zahlen im Überblick bei den Ratsuchenden

Telefonseelsorge

Insgesamt klingelte das Telefon 2020 bei der TelefonSeelsorge in Ravensburg 13.560 mal (Vorjahr **12.296**), was ein Plus von 11% bedeutet. Die Gesamtzahl der Anrufenden setzt sich zusammen aus der Zahl der tatsächlich geführten Seelsorge- und Beratungsgespräche, den Anrufen, die nicht dem Auftrag der TS entsprechen, wie z.B. Test- und Scherzanrufe, Beschimpfungen oder Sexanrufe; den Anrufenden, die sich verwählt oder gleich wieder aufgelegt haben und den Schweigeanrufen. Neben dem Ausbau der technischen Begrenzungsmöglichkeiten für Anrufe, die nicht dem Auftrag der TelefonSeelsorge entsprechen, konnte

zugleich die ChatSeelsorge weiter ausgebaut werden und über dieses Medium zunehmend jüngere Menschen erreicht werden. Die für uns bedeutsamen Seelsorge-Beratungsgespräche am Telefon haben 80 % Gesprächsanteil. Die Seelsorge- Beratungsgespräche stiegen um 13,38%, während Anrufe, die nicht dem Auftrag der TelefonSeelsorge entsprechen, um 10,2% gesunken sind. Die durchschnittliche Gesprächszeit bei den Anrufen liegt bei 25 Minuten.

	2020	Vergleich zum Vorjahr	Anteil Gespräche	2019	Anteil Gespräche
Seelsorge-/Beratungsgespräche	10907	+ 13,38%	80%	9696	79%
nicht Auftrag der TS	325	-10,02%	2%	367	3%
Aufleger/ verw. hlt	2171	+ 5,18%	16%	2064	17%
Schweiganrufe	157	-7,10%	1%	221	1%
Gesamt	13560	+11,02%	100%	12296	100%

Mailseelsorge

Im Jahr 2020 wurden 235 Kontakte erfasst, davon fallen 232 unter die Kategorie Seelsorgegespräch/-mail und 3 Kontakte waren nicht Auftrag der TS. 7 Personen engagierten sich in der Mailseelsorge. Ratsuchende, die das Medium Mail nutzen, schätzen sehr, dass sie die Möglichkeit haben über einen längeren Zeitraum mit derselben Seelsorger*in in Kontakt zu sein.

Das Thema „Depressive Stimmung“, gefolgt von „Ängste“ sind die häufigsten Themen und an 3. Stelle wird die „Suizidalität des Ratsuchenden“ genannt. Bei 79 Personen liegt eine psychische Erkrankung vor.

Chatseelsorge

Die Chatseelsorge hat im Jahr 2020 einen Zuwachs von 12 Personen bekommen, die die Zusatzqualifikation erwarben. Dadurch steigerten sich die angebotenen Chattermine. Insgesamt wurden 500 Termine ins Netz gestellt, im Jahr 2019 waren es 303 Termine. 431 Kontakte fielen unter die Kategorie Seelsorge-/Beratungskontakt, im vergangenen Jahr 245 Kontakte. Dadurch steigerten sich die Seelsorgechats um 57 %. 10 Chats waren nicht Auftrag der TS und 45 Chats fanden nicht statt, da der RS nicht erschien oder der Chat aufgrund von technischen Störungen nicht stattfinden konnte, und 14 Schweigechats.

In der Chatseelsorge engagierten sich insgesamt 21 Personen.

Nach wie vor ist die Altersgruppe der 20-29 Jährigen bei den Ratsuchenden in diesem Bereich am stärksten vertreten. Das Thema „Depressive Stimmung“ und „Ängste“ waren im Chat wie bei der Mailseelsorge auf Rang 1 und 2. Das Thema „Suizidalität des RS“ stand im vergangenen Jahr an 7. Stelle.

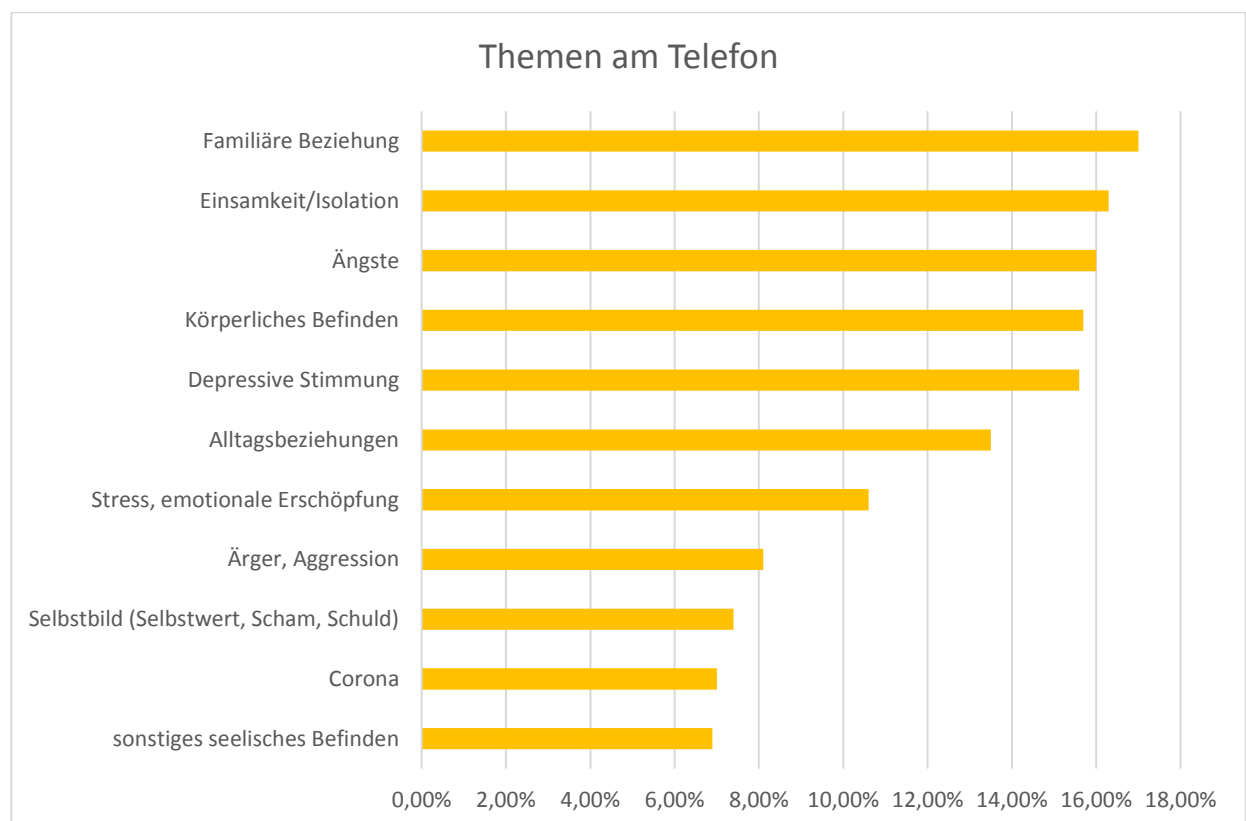
	Chat/2020	2019	Mail/ 2020	2019
Seelsorge-/Beratungsgespräche	431	245	232	348
nicht Auftrag der TS	10	12	3	3
Aufleger/ RS nicht erschienen	45	37	0	1
Schweiganrufe	14	9	0	0
Gesamt	(+65% z.V.) 500	303	(-33% z.V.) 235	352

2.3. Themen der Gespräche in der TelefonSeelsorge Ravensburg

Über Telefon, Mail und Chat können die Ratsuchenden die TelefonSeelsorge erreichen. Für die statistische Erfassung der Themen stehen in allen drei Bereiche dieselben 47 Items zur Verfügung, maximal 3 Nennungen sind möglich.

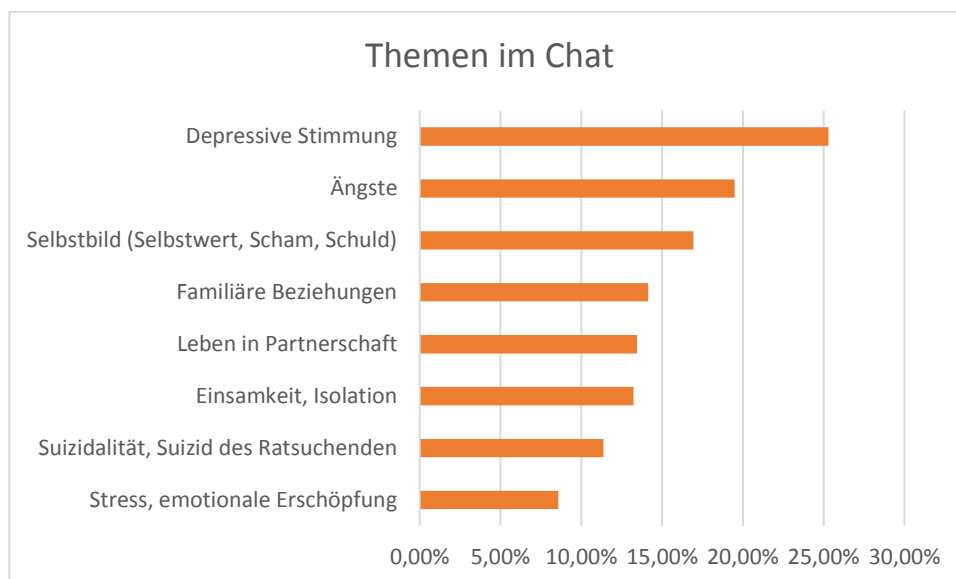
Die 14 wichtigsten Themen am Telefon im Überblick

Themen des Gesprächs 🗨️	Anzahl der Nennungen 🗨️	Anteil an Gesprächen 🗨️
Familiäre Beziehungen	1859	17.0%
Einsamkeit / Isolation	1778	16.3%
Ängste	1740	16.0%
Körperliches Befinden (Beschwerden, Erkrankungen, Behinderungen)	1710	15.7%
Depressive Stimmung	1700	15.6%
Alltagsbeziehungen (Nachbarn, Freunde, usw.)	1473	13.5%
Stress, emotionale Erschöpfung	1158	10.6%
Ärger, Aggression	880	8.1%
Selbstbild (Selbstwert, Scham, Schuld,...)	803	7.4%
Corona	759	7.0%
Sonstiges seelisches Befinden	750	6.9%
Leben in Partnerschaft	680	6.2%
Arbeitssituation	561	5.1%
Partnersuche / Partnerwahl	457	4.2%

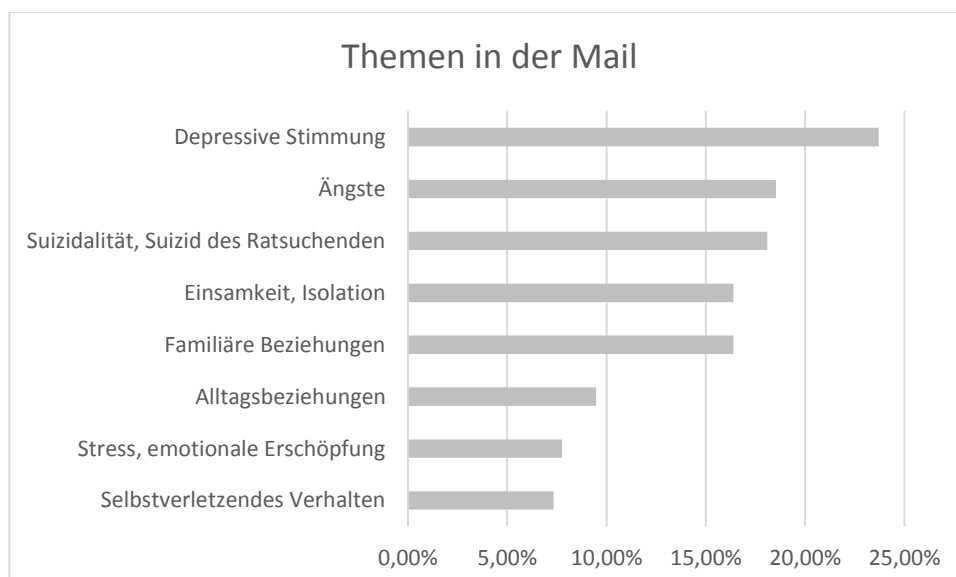


Die 8 häufigsten Themen in Chat und Mail

Im Bereich Chat sind es dieselben 8 häufigsten Themen wie im vergangenen Jahr. Das aktuelle Thema „Corona“ wurde mit 4,18% genannt, genauso häufig wie das Thema „Selbstverletzendes Verhalten“ und steht an 16. Stelle.



Im Bereich Mail gab es Veränderungen. Das Thema „Einsamkeit“ bekam eine größere Bedeutung, ebenso die Themen „Alltagsbeziehungen“, „Stress“, „Emotionale Erschöpfung“ und „Selbstverletzendes Verhalten“. Dafür wurden die Themen „Selbstbild“, „Partnerwahl/ -suche“ und „Leben in Partnerschaft“ weniger häufiger genannt.



TelefonSeelsorge launcht App

„KrisenKompass“ – Suizidprävention wird digital

Mit dem ersten Lockdown im März startete die TelefonSeelsorge Deutschland die Krisen Kompass App. Es ist eine rein digitale Hilfe für Menschen in Not. Mit der App erweitert der Verbund das bisherige Angebot und richtet sich damit an drei Gruppen: Menschen in der suizidalen Krise; Angehörige, Kollegen und Freunde, die unterstützen möchten oder Angehörige, die eine Person durch Suizid verloren haben.

„Wir haben die App entwickelt, um jene zu unterstützen, die sich nicht trauen mit uns zu sprechen oder uns zu schreiben. Wir hoffen, dass dieses niederschwellige Angebot das Rüstzeug an die Hand gibt, einen Krisenfall besser zu meistern“, erklärt Dorothee Herfurth-Rogge (Vorsitzende der Evangelischen Konferenz für TelefonSeelsorge und Offene Tür e.V.) den Hintergrund der App.



Michael Hillenkamp, Sprecher der Katholischen Konferenz für TelefonSeelsorge und Offene Tür, ordnet die App in das Angebot der TelefonSeelsorge ein: „Die App ist konkrete Seelsorge; Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen ist ein Menschenrecht!“

App auch für beraterisch-therapeutische Zwecke nutzbar

Menschen in einer schwierigen seelischen Situation benötigen eine klare und selbsterklärende Ansprache, da die kognitiven Möglichkeiten überlagert sind. „Mit unserer App haben wir stark darauf geachtet, eine leichte Userführung einzubringen und bewusst leicht lesbare Texte verfasst“, so Dr. Stefan Schumacher, Projektleiter des KrisenKompass und Leiter der TelefonSeelsorge.

Im KrisenKompass stehen Funktionen bereit, die auch in der Psychotherapie genutzt werden wie zum Beispiel die Aufzeichnung von Stimmungen als Tagebuchfunktion oder das Anlegen eines Safety-Plans. „Er kann in stabilen Momenten angelegt werden und ist sehr hilfreich, wenn man weiß, in der Krisensituation kann ich darauf zurückgreifen“, beschreibt Schumacher den Mehrwert. Als Erste-Hilfe-Koffer für den Notfall kann ich in der App außerdem persönliche Archive anlegen, um aufbauende Gedanken oder persönliche Fotos, Erinnerungen oder Lieder zu speichern. Erläuterungen von Entspannungstechniken sowie Kontakte für den Notfall wie TelefonSeelsorge und andere professionelle Anlaufstellen, geben konkrete Hilfestellungen für eine Krise.

Schulung und Nutzung der KrisenKompassApp in der TelefonSeelsorge Ravensburg

Es war sehr ermutigend zu erleben, wie viele Mitarbeiter*innen sich mit der KrisenApp schnell angefreundet haben und vor allem Wege und Anwendungsmöglichkeiten im Dienst am Telefon, im Chat und per Mail fanden. Zudem hat sich ein Expertenteam von 7 Mitarbeiter*innen gebildet, die bereit waren, Kolleg*innen technisch und inhaltlich zu unterstützen, zu schulen und zu beraten. Wir sind sehr stolz und dankbar so engagierte Mitarbeiter*innen zu haben.

Die KrisenKompass App, der Notfallkoffer für die Hosentasche, steht zum Downloaden bereit: iOS-App: <https://ios.krisen-kompass.app> oder die Android-App: <https://android.krisen-kompass.app>

Mitarbeiterumfrage zu Erfahrungen in der Coronakrise

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

12. Mai 2020

die Coronakrise hat uns alle erfasst und wir sind bis jetzt auf sehr unterschiedliche Art und Weise damit umgegangen. Die einen waren sehr verängstigt und verstört. Die anderen fanden alles sehr überzogen und nicht gerechtfertigt. Unabhängig davon möchten wir Euch um Eure persönliche Rückmeldung zu folgenden Fragen bitten:

1. Wie ging es mir in dieser Zeit der Ausnahmesituation?

- Es ist insgesamt ruhiger geworden. Das tut gut.
- Ich fühle mich hin und wieder alleingelassen und auch missverstanden.
- Entschleunigt und entspannt wie schon lange nicht mehr.
- Wenn ich in die Natur raus kann, bei schönem Wetter den Garten genießen geht's mir gut. Manchmal fühle ich mich allein. Mir fehlen Treffen, Gruppen (Yoga, Tanzen, Singen, Meditation...)
- Zuerst Verunsicherung und Angst – mittlerweile Zuversicht, auch mit dem Wissen, dass die Krise noch nicht vorbei ist.
- Corona habe ich als eine Menschheitskrise wahrgenommen. Die Zwangspause bzw. Zwangsruhe habe ich als heilsam empfunden.
- Ich übe (mehr oder weniger erfolgreich), damit zu leben, dass
 - planen nicht mehr funktioniert
 - es mehr Fragen als Antworten gibt und dass niemand wirklich weiß
 - es keine (oder weniger) Eindeutigkeiten mehr gibt

2. Was habe ich in dieser Zeit über mich selbst gelernt?

- Kann gut Verantwortung für mich und andere übernehmen, anfangs leichte Neigung zur Panik, jetzt gehe ich meinen Weg zwischen Freiheit und Beschränkung – das Leben war auch vorher schon riskant, wer alle Risiken möglichst vermeidet, läuft Gefahr, das Leben zu verpassen.
- Wie wichtig mir Begegnungen und körperliche Nähe, Umarmungen sind.
- Ich halte es gut mit mir selbst und einem kleinen Kreis von Menschen aus.
- Durch mehr Zeit habe ich Kreativität bei mir entdeckt (Handarbeit, Basteln, Malen, Garten).
- Dass ich bei – subjektiv gefühlt – zu vielen oder zu lange andauernden Einschränkungen rebellisch werde.
- Dass ich auch gut alleine sein kann, ohne mich ständig mit jemandem treffen zu wollen/ müssen.
- Ich spüre deutlicher, wer oder was mir guttut. Ich bin „dünnhäutiger“ geworden.
- In den letzten Wochen habe ich den sozialen Rückzug als fast deprimierend erlebt. Ich bin doch keine Eremitin.

3. Was hat mich aus dem inneren Gleichgewicht gebracht?

- Einige meiner bisherigen Ressourcen (Gottesdienste, Klosteraufenthalte, Fortbildungen, uvm.) sind von heute auf morgen weggebrochen, das kann ich bis heute noch nicht ganz ausgleichen.
- Dass ich meine Kinder und Enkel lange nicht sehen konnte.
- Die Spaltung von uns und unseren Mitmenschen in Recht- und Falschgläubige. Die Zensur, die Diffamierung, das Zurechtfinden mit wahnwitzigen Verordnungen. Mein Berufsverbot.
- Am ehesten, wenn andere in Läden, auf dem Markt keinen Abstand eingehalten haben.
- Das Homeoffice – keine Ansprechpartner
- Ich hatte Angst, wenn Menschen sich nicht an die Regeln hielten (z.B. mich anhusten)

4. Was hat mich durch die Zeit getragen?

- Die Beziehung zu meinem Partner und meiner Familie und Freund*innen. Beziehungen haben nochmal einen neuen Stellenwert bekommen – auch wenn Sie in dieser Zeit oft nur telefonisch möglich waren.
- Andere Menschen und die Arbeit bei der TS
- Mein Glaube mit persönlichem Gebet und Vertiefung durch die Bibel, meine Spiritualität, tägliches Meditieren
- Ich wohne im Grünen, genieße Garten, Natur und Spaziergänge
- Aus persönlichen Gründen ist das letzte Vierteljahr sehr anstrengend und arbeitsreich. Mir fehlt Zeit und Ruhe für mich.
- Freundschaften kann man trotzdem pflegen, eben anders. Ich bin froh, dass wir keine Zustände haben wie in anderen Ländern.

5. Wie habe ich meine Mitmenschen erlebt?

- Ich erlebe diese Zeit sehr unterschiedlich, anfangs war man behutsam, miteinander aufpassend.
- Manche erlebe ich kaum mehr, weil sie sich zurückziehen. Manche erlebe ich offen, herzlich, teilnehmend. Manche erlebe ich als verunsichert und ängstlich, auch belastet und genervt. Manche erlebe ich als bevormundend und andere in „Schubladen“ steckend.
- Manche meiner Bekannten sind sehr ängstlich, andere gehen eher locker mit dem Virus um.
- Erlebe Mitmenschen: sorgenvoll, sorglos, ängstlich, verärgert, gelassen – das ganze Spektrum
- Sehr unterschiedlich: von _____ bis ignorant – das Spektrum gibt mir zu denken: Wie können wir gut miteinander leben trotz dieser Diskrepanzen, ohne den Faden zueinander zu verlieren? Für mich irrationale Äußerungen erschrecken mich.

6. Was ich sonst noch rückmelden möchte:

- Danke für Euren Kontakt, die Infos, die Begleitung, freue mich auf weitere Begegnungen im Real Life. Ganz besonders vermisst habe ich die Nähe bei der Begrüßung.
- Die Konsequenzen dieser Zeit werden uns sozial und wirtschaftlich noch viele, viele Jahre begleiten und beschäftigen.
- Informiert euch bei seriösen Stellen (RKI – praktizierende Virologen) und überlasst nicht den Verschwörungstheoretikern, die keine fundierte Ahnung haben, das Feld. Theorien sind schnell verbreitet – die Realität ist oft nüchtern und es fordert auch Anstrengung diese herauszufiltern.
- Wichtige Fragen, die für mich aufgetaucht sind: Wie gehen wir in unserer Kultur und Gesellschaft mit Tod um? Wie gewichten wir physische Gesundheit, wie psychische/seelische Gesundheit.
- Herzlichen Dank für diese Möglichkeit..., es gibt z. Zt. wenig Raum für Austausch.

Wir haben für den Jahresbericht die Antworten zusammengefasst und gekürzt.

Weitere Ausführungen und Artikel zum Blickpunkt CORONA und TELEFONSEELSORGE sind nachzulesen in der Sonderausgabe der Zeitschrift der TelefonSeelsorge Deutschland Dezember 2020 ISBN 2511-7084 mit dem Titel: **THE WORLD IS TEMPORARILY CLOSED**



Ausbildungen – Fortbildungen – Supervisionen

Für 2020 hatten wir uns etwas ganz Besonderes überlegt. Wir wollten das erste Halbjahr unter das Motto einer „TS-Akademie“ mit vielen spannenden Fortbildungen setzen. Zudem hatten unsere Supervisor*innen offene Supervisionsgruppen angeboten. Im Januar startete noch die Chatausbildung mit 12 Personen und eine neue Ausbildungsgruppe ging im Februar ebenfalls mit 12 Personen an den Start. Dies ist uns bis Mitte März nach Plan auch gelungen. Mit dem ersten Lockdown war erst einmal ein großer STOPP angesagt. Folgende Veranstaltungen konnten wir somit bis Mitte März durchführen:

1. Do. 09.01.2020 von 7.00 – 8.00 Uhr **Start** des fortlaufenden Angebotes **„Der frühe Vogel – Achtsamkeitsübungen und Meditation“** gestaltet von Ehrenamtlichen und Hauptamtlichen.
2. Di. 21.01.2020 von 18.00 – 21.00 Uhr **Start der Chatausbildung** mit Regina Raaf
3. Sa. 01.02.2020 von 10.00 – 13.00 Uhr, Seminar **„Die menschliche Seele“** mit Pfr. Hans-Dieter Schäfer in der Evangelischen Kirche/ Kulturkirche Weissenau, Weingartshofer Str. 2, 88214 Ravensburg, 15 TN
4. Di. 04.02.2020 von 18.30 – 21.30 Uhr, Fortbildungsabend zum Thema **„Sexueller Missbrauch“** mit Uschi Mähne, 18 TN
5. Fr. 07. – So 09.02.2020 von Start 18.00, Ende 12.00 Uhr, Seminar **„Achtsame –annehmende Grundhaltung“** mit Ulrich Rost, 12 TN
6. Di. 18.02.2020 von 18.30 – 21.30 Uhr, Fortbildungsabend zum Thema **„Trauma“** mit Uschi Mähne, 18 TN
7. Fr. 21.02.2020 von 17.00 – 19.30 Uhr, Besuch und Kennenlernen der **Psychologischen Familien- und Lebensberatungsstelle der Caritas** mit Elke Eisenbart in der Allmandstr. 10, 88212 Ravensburg, 15 TN
8. Mi. 04.03.2020 von 19.00 – 21.30 Uhr, Seminar **„Gewaltfreie Kommunikation“** mit Helga Pflüger, 14 TN, die 3 weiteren Termine fielen aus.
9. Fr. 06. – Do 19.03.2020, Veranstaltungsreihe mit Ausstellung und Vorträgen zum Thema **„Suizid – Alles hat seine Zeit“** in Wangen mit verschiedenen Vorträgen u.a. am Di 10.03.2020 um 20.00 Uhr **Vortrag zum Thema „Leben schützen. Menschen begleiten. Suizide verhindern“** mit Dr. Gabriela Piber im Rahmen der Veranstaltungsreihe von AGUS in Wangen

DAS THEMA SUIZID AUS DER TABUZONE HOLEN



Foto: DRS/Markus Waggershauer: li. Schuldekanin Birgit Rathgeb-Schmitt und Dekanatsreferentin Karin Berhalter

Sie kennt den Schmerz und die große Frage nach dem Warum. Birgit Rathgeb-Schmitt hat vor neun Jahren ihren Bruder durch Suizid verloren. Um Betroffenen heute eine Anlaufstelle zu bieten, hat die Schuldekanin für katholischen Religionsunterricht zusammen mit Dekanatsreferentin Karin Berhalter die Ausstellung von "Angehörige um Suizid" (AGUS) nach Wangen geholt. Sie war vom 6. bis 19. März im Giebelsaal der Städtischen Galerie in der Badstube zu sehen.

Zu den Betroffenen zählt Birgit Rathgeb-Schmitt nicht nur die direkten Angehörigen derer, die sich das Leben genommen haben. Fast jeder sagt, er kennt in seinem Umfeld jemanden, wenn das Tabu gebrochen wird und das Thema Suizid zur Sprache kommt. Dass die Menschen trotz aller Unsicherheiten und Ängste das Bedürfnis haben darüber zu reden, weiß Karin Berhalter auch aus ihrer Arbeit mit Trauernden. Seelsorgerinnen und Seelsorger würden sich hier für Gespräche anbieten, und sensibel mit Trauernden nach Suizid umgehen, betont die Theologin.

Es sind zunehmend ältere Menschen betroffen. Die meisten denken bei Suizid an depressive junge Menschen. Doch es sind viele jenseits der 70, erklärt Karin Berhalter. "Es ist schrecklich, dass inzwischen manche ältere Menschen meinen, ihrem Leben ein Ende setzen zu müssen, um keine Belastung für unsere Gesellschaft zu sein", benennt sie eines der Motive. Es kann aber auch sein, dass ein alter oder schwerstkranker Mensch einfach ‚des Lebens müde‘ ist. Die Diskussion zum Recht auf selbstbestimmtes Sterben wird dieser Tage durch das Urteil des Bundesverfassungsgerichts wieder sehr kontrovers geführt. Im Rahmen eines Fortbildungsnachmittages für Religionslehrkräfte und alle Interessierten sprach der ehemalige Weingartner Theologiedozent Bruno Schmid am 11. März im Gemeindehaus St. Martin über das ethische Dilemma zwischen Selbstbestimmungsrecht und Lebensschutz.

Der Vortrag von Freya von Stülpnagel eröffnete die Ausstellung am Donnerstag, 5. März. Die Suizidhinterbliebene, Trauerbegleiterin und Autorin beschäftigte sich in der Wangener Stadtbücherei unter dem Titel „Suizid – das doppelte Tabu“ unter anderem mit der Frage nach dem Warum. Dr. Gabriela Piber stellte am 10. März im Gemeindehaus St. Martin die Angebote der Telefonseelsorge vor, die in vielen Fällen ein erster niederschwelliger Kontakt für Betroffene oder Angehörige in suizidalen Krisen ist.

Wanderung und Auswertung der TS-Akademie

Die Wanderung und Auswertung der TS-Akademie im Kloster Reute wurde am 9.7.2020 umgewandelt in eine erste Begegnung in der Coronakrise in zwei Gruppen. Es war sehr schön, sich in einem größeren Rahmen wieder einmal in die Augen schauen zu können. Im Rahmen einer kleinen Mitarbeiterversammlung tauschten wir uns über den aktuellen Stand und die zukünftigen Planungen – soweit möglich - aus. Die Hygiene- und Abstandsaufgaben waren dabei eine ganz neue Erfahrung von Begegnung in der Gruppe. Dennoch waren wir alle sehr froh, uns im größeren Rahmen wieder zu sehen.



Foto Piber: Wie es in diesem Jahr mit allen Auflagen weitergehen kann.

Die ersten Online-Fortbildungen starten

Nach dem ersten und zweiten Lockdown mussten alle unsere weiteren Fortbildungen im Rahmen der geplanten TS-Akademie abgesagt und storniert werden. Durch die Möglichkeit von Videokonferenzen ist in diesem Jahr jedoch viel Neues möglich geworden und wir haben schnell gelernt, uns auf die neue digitale Welt einzustellen. In Kooperation mit dem Förderverein der TelefonSeelsorge konnten somit 26 Mitarbeiter*innen an den 9 Vorträgen der Online-Herbsttagung der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie www.igt-lindau.de vom 01.11.2020 bis 05.11.2020 teilnehmen. Das Thema „**Vertrauen schaffen - Von Verunsicherung, Verrat und Verbundenheit**“ traf mitten hinein in den zweiten Lockdown der Coronakrise und war für alle eine psychische, mentale und geistige Stärkung auf dem Weg.

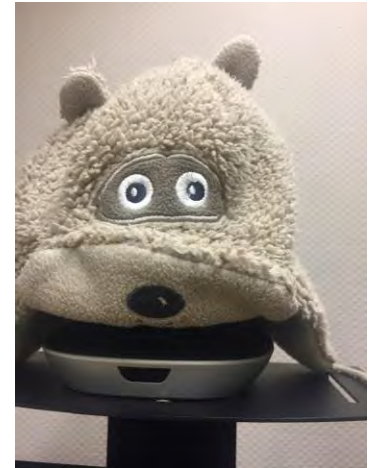


Foto Piber: Die Digitalisierung hält in der TS-Ravensburg ihren Einzug! Von Videokonferenz, Kongressvorträgen bis zur ersten Online-MA-Versammlung

Erste Online-Jahrestagung mit Fachtag zum Thema „Krisen meistern - Verbindung halten“ mit Prof. Dr. Helga Kohler-Spiegel

Es war für uns alle die Frage, ob und wie eine Jahrestagung mit allen Mitarbeiter*innen in diesem Coronajahr überhaupt stattfinden kann. Nach mehreren Planungsanläufen sind wir schließlich bei dem Format einer ersten Online-Hybrid-Jahrestagung für den 20. und 21.11.2020 gelandet. Das bedeutete auch, dass wir uns mit Technik auseinandersetzen mussten. Das wäre ohne die große Unterstützung unseres Technikteams Dieter und Gerhard so nicht möglich gewesen, hätten sie nicht für die Anschaffung, Installation, Funktion und Hosting während der Veranstaltungen gesorgt. Es wurde deutlich, dass wir zur richtigen Zeit, die richtigen Menschen, am richtigen Ort haben, die uns dann auch noch handfest und fachlich kompetent in vielerlei Hinsicht unterstützten. DANKE dafür!!!

So konnten wir sowohl die Mitarbeiterversammlung als auch die Verabschiedung von 5 Mitarbeiter*innen am Freitag in unserer „TS-Sternwarte“ technisch und inhaltlich durchführen, als auch den sehr spannenden und aktuellen Fachtag mit Frau Prof. Dr. Kohler-Spiegel aus Dornbirn/Österreich. Sie machte uns deutlich, dass Menschen an Krisen erstarren oder gar zerbrechen können. Dass Menschen aber auch durch Krisen hindurch sich entwickeln und reifen. Beides erleben wir im privaten und beruflichen Leben und in der Mitarbeit in der Telefonseelsorge und ganz besonders bei dieser Jahrestagung im neuen Digitalformat.

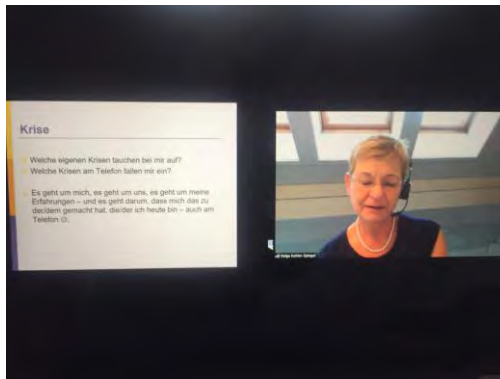


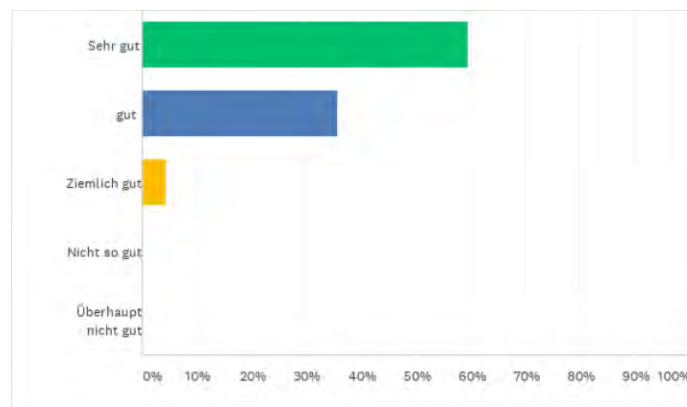
Foto Piber: links Prof. Dr. Helga Kohler-Spiegel / re. Regina Raaf im Rahmen der Online-Jahrestagung

Wie haben die Mitarbeiter*innen die TS-Online-Jahrestagung erlebt?

Gleich nach der Veranstaltung wurden die Mitarbeiter*innen gebeten, uns über die Plattform SurveyMonkey-Umfrage eine Rückmeldung zu geben. Wir waren nicht nur überrascht, dass so viele bei der Online-Tagung mitgemacht haben und uns mit einer Rücklaufquote von 68 Antworten viele wertvolle Kommentare zukommen ließen. Insgesamt wurde das Online-Format sowohl in der Vorbereitung als auch in der Ausführung als sehr positiv wahrgenommen. Trotz der fehlenden Nähe, gab es viele „Digitalneulinge“, die sich spontan mit dem neuen Format gut anfreundeten und darin sogar eine eigene Qualität erkennen konnten. Bei 80% gab es eine Zustimmung zu dieser alternativen Form der Begegnung, wenn eine persönliche Begegnung gerade nicht möglich ist, wie es die hier angeführten Skalen und Rückmeldungen zeigen, die wir hier in Auszügen wieder geben.

F1: Wie habe ich die erste TS-Online MA-Jahrestagung insgesamt erlebt?

Beantwortet: 67 Übersprungen: 1

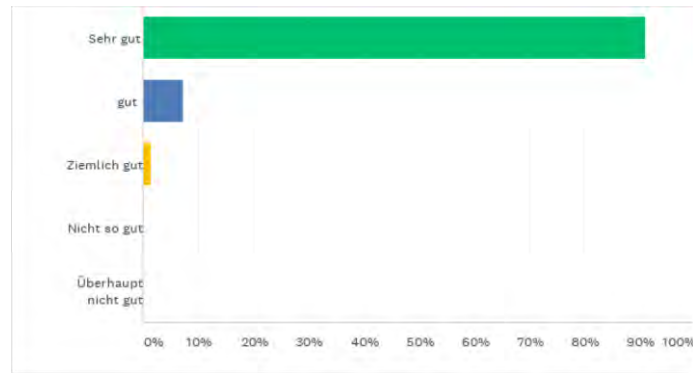


Powered by SurveyMonkey

3	Toll was ihr auf die Beine gestellt habt, und wir somit die Möglichkeit hatten die Veranstaltung verfolgen konnten und vor allem, dass man so klasse mit kommunizieren konnte. es war seine sehr angenehme Atmosphäre. Das Thema war genau richtig und die Referentin eine Klasse für sich. Vielen Dank für die gelungene Veranstaltung!!! Obwohl sie ein persönliches Treffen und sehen nicht ersetzen kann
18	1. das ich nicht von zu Hause weg musste und in meinem Bett schlafen konnte 2. die Zusammenstellung der Kleingruppen
19	TS-Team, die Redner (alle!) wie immer sehr zuvorkommend, wertschätzend, den Umständen trotzend, einfühlsam, jedem Respekt entgegenbringend - das ist auch online übergekommen. Well done, Mates
20	Man hatte das Gefühl mitten drin zu sein, trotz dass wir alle weit verstreut waren. Ausgezeichnete Technik!!
21	Sie haben eine gute Möglichkeit geschaffen, in dieser Zeit Austausch und Input zu erleben. Ich empfand, es war eine entspannte, lustige Atmosphäre.

F3: Wie habe ich den Fachteil mit Prof. Kohler-Spiegel erlebt?

Beantwortet: 68 Übersprungen: 0

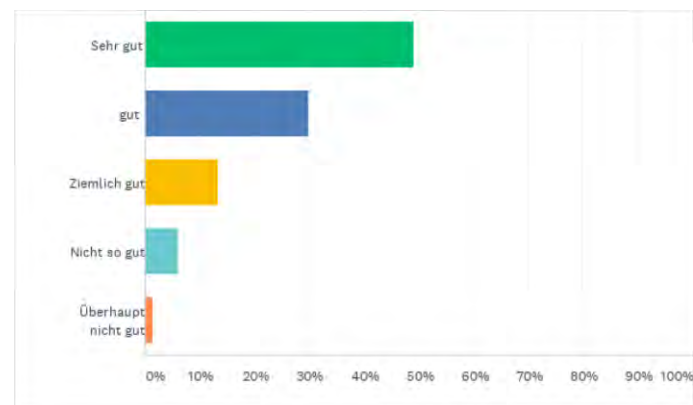


Powered by SurveyMonkey

- | | |
|----|---|
| 33 | Ich fand , daß ich alles sehr konzentriert aufnehmen konnte . Ein hohes Bemühen, dass alle Beteiligten sich gut aufgenommen fühlen. |
| 34 | Neue Wege entstehen wenn man sie geht! Danke. |
| 35 | Der Vortrag von Frau Professorin Dr. Helga Kohler-Spiegel hat mir sehr gut gefallen. Er ist hilfreich für die Arbeit am Telefon und auch für mich selbst. |
| 57 | Vielleicht gibt es eine Möglichkeit, ab und zu eine Fortbildung auf diesem Weg zu machen. Die Fahrzeiten ect. fallen weg. Evtl. ist es möglich auf diesem Weg Referenten zu bekommen, die allgemein sehr gefragt sind und durch eine Zoom-Veranstaltung Zeit finden würden, eine Fortbildung für 2-3 Stunden zu machen, ohne dass sie und die TN anreisen müssen. |

F6: Wie bin ich mit der Technik zurechtgekommen?

Beantwortet: 67 Übersprungen: 1

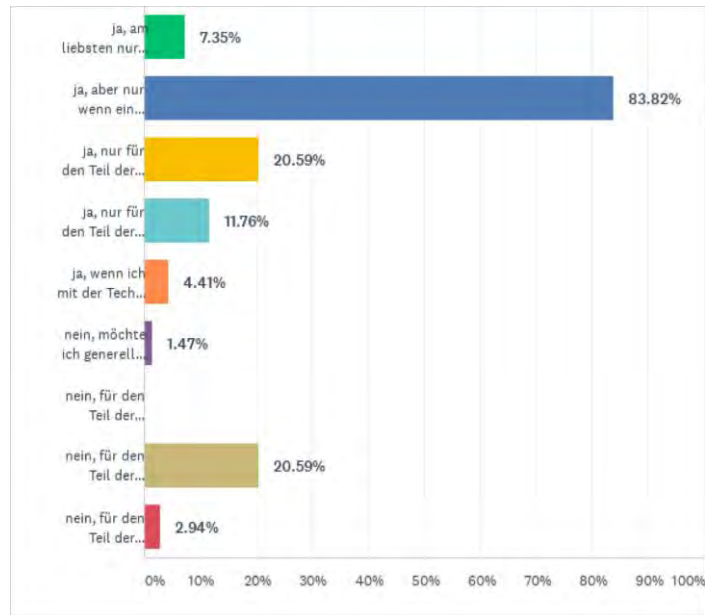


Powered by SurveyMonkey

- | | |
|----|---|
| 50 | Ich bin wunderbar beglückt nach Hause gefahren und musste innerlich lachen (ich als alte Computer-Kritikerin!!!) :-). Mit der Technik musste ich mich überhaupt nicht befassen, da wir in unserer Herberge unseren persönlichen Systemadministrator hatten. *** |
| 19 | Vielen Dank für die Möglichkeit, sich mit dieser Technik auseinandersetzen zu dürfen. Eine echte Bereicherung! Versuchen eine Zoom-Meeting innerhalb unserer Ausbildungsgruppe abzuhalten - auch eine Möglichkeit sich auszutauschen. |
| 14 | Ihr habt die Tenik sehr gut vorbereitet und es sehr gut gemacht. Echte online Profis. |

F7: Wie gerne würde ich eine Online-Jahrestagung wieder machen wollen (mehrere Antworten möglich)?

Beantwortet: 68 Übersprungen: 0



Powered by  SurveyMonkey

Dank des Engagements einiger Mitarbeiter fand am Freitag den 18.12.2020 für Mitarbeiter das erste Online-Weihnachtsliedersingen der TS-Ravensburg statt. 25 Personen haben daran teilgenommen, kräftig mitgesungen und den Weihnachtsgeschichten unseres Engels Siegfrieds gelauscht.



Personelle Veränderungen in der Geschäftsstelle und im Vorstand

1. Im Sekretariat: Verabschiedung von Heidi Reich und Begrüßung von Beatrix Schirmer

Im Rahmen eines festlichen Mitarbeiterfestes am 17.01.2020 wurde Heidi Reich nach sieben Jahren Tätigkeit im Sekretariat der TelefonSeelsorge in den wohlverdienten Ruhestand verabschiedet. Die Nachfolgerin Beatrix Schirmer hat sich in diesem Coronajahr auf allen Ebenen schnell eingearbeitet und die großen Herausforderungen souverän gemeistert. Wie gut, dass der Boden durch Frau Reich gut vorbereitet war und die Übergabe und Nachfolge so reibungslos funktioniert hat – DANKE!!



Foto Piber: Heidi Reich



Foto privat: Beatrix Schirmer

2. Neuwahlen im Vorstand und Verabschiedung von Herrn Codekan Dr. Claß

Bei der Vorstandssitzung am 9.11.2020 durften wir alle 18 neugewählten Mitglieder im Vorstand begrüßen. Es folgten die vorgesehenen Neuwahlen des Vorstands der TelefonSeelsorge. Wir sind sehr froh und dankbar, dass Herr RA Bernhard Vesenmayer sich bereit erklärt hat, den Vorsitz weitere fünf Jahre zu übernehmen. Seine Erfahrungen und sein großes Engagement auf vielen Ebenen in den letzten zehn Jahren lassen uns zuversichtlich sein, dass das „Schiff TS Ravensburg“ weiterhin gut gelenkt wird.

Unseren stellvertretenden Vorsitzenden Codekan Dr. Gottfried Claß mussten wir in den wohlverdienten Ruhestand verabschieden. In den vergangenen Jahren hat er vor allem unsere Übernahme- und Segnungsfeiern der neuen Mitarbeiter*innen feierlich gerahmt und spirituell-seelsorglich begleitet. Die Zusammenarbeit mit ihm im geschäftsführenden Ausschuss war geprägt von menschlichem Feingefühl und pastoral-seelsorglicher Kompetenz. DANKE für die guten gemeinsamen acht Jahre. Für die kommende Übergangszeit übernimmt Herr Pfr. Wolfgang Bertl für den Evangelischen Kirchenbezirk Ravensburg den stellvertretenden Vorsitz.



Vorstand RA B.Vesenmayer



Stell. Vorstand Codekan Dr. G.Claß



Pfr. Wolfgang Bertl

Kooperation mit LUKI ev

Die Idee zum LUKI e.V. entstand aus der tiefen persönlichen Betroffenheit von engen Freunden und Verwandten nach einem erschütternden Suizid eines Jugendlichen. Die Krankheit Depression war die Ursache für dieses Schicksal. Mit dem anfänglichen Unterstützerkreis von über 200 Personen im Rücken suchte der Verein Kooperationen mit der TelefonSeelsorge in Ravensburg und mit dem Zentrum für Psychiatrie (ZFP) in der Region Oberschwaben und gründete sich als Verein am 05.06.2020. Gemeinsam raus aus der Tabu-Zone: Der LUKI e.V. stellt sich vor unter www.luki-ev.com

Die Vorsitzenden des Vereins LUKI e.V. sind Dr. Simon Beck und Joachim Müller mit einem sehr jungen Team u.a. der Medizinstudentin Julia Gaal. Sie besuchte Anfang August die TelefonSeelsorge in Ravensburg persönlich und lotete die Kooperationsmöglichkeiten zusammen mit Frau Dr. Gabriela Piber aus. Schnell hat der Verein eine eigene Homepage erstellt, die nicht nur auf den Krisen-Kompass der TelefonSeelsorge hinweist, sondern auch auf den Arbeitskreis Leben e.V., den Jugendliche für Jugendliche in Tübingen ins Leben gerufen haben. <https://www.youth-life-line.de>

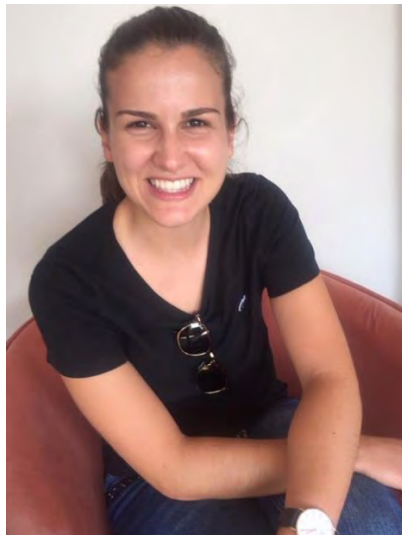


Foto Piber: Julia Gaal zu Besuch in der TS

Depressionen und psychische Krankheit sind nach wie vor Tabuthemen in unserer Gesellschaft. Viel zu selten wird im öffentlichen Raum darauf aufmerksam gemacht. Das möchte der Verein LUKI (Lasst-uns-Kids informieren) ändern und an dieser Stelle ansetzen. Das Ziel des Vereins ist es, das Bewusstsein gerade bei jungen Menschen für diese gefährliche und oftmals unterschätzte Krankheit zu schärfen. Mithilfe von Vorträgen, Workshops und diversen kreativen Projekten sollen Jugendliche besser informiert und auf bestehende Hilfsangebote aufmerksam gemacht werden. Aktuell haben wir im Herbst 2020 an einem Gymnasium einen Workshop zum Thema „Depression“ veranstaltet. Zudem haben wir ein Plakat gestaltet, welches auf bestehende Hilfsangebote aufmerksam machen soll. Ein wichtiger Kooperationspartner ist die TelefonSeelsorge Oberschwaben – Allgäu – Bodensee.

Wie das Telefon in der Corona-Krise zum Rettungsanker gegen die Angst wird

LESEDAUER: 6 MIN



Rund um die Uhr ist die Telefon-Seelsorge Ravensburg kostenlos und anonym erreichbar. (Foto: Archiv, DPN/Uri Deck)

27. März 2020

Öffentlichkeitsarbeit

1. Pressespiegel

- 04.03.2020 SZ Das Thema Suizid aus der Tabuzone holen. Wie eine Ausstellung in Wangen der Sprachlosigkeit begegnen und informieren will.
- 10.03.2020 SZ von Dirk Gruppe: Trauer im Verborgenen. Ein Suizid führt bei Angehörigen oft zu Scham, Schuldgefühlen und Schweigen – Eine Veranstaltungsreihe in Wangen will an dem Tabu rütteln.
- 12.03.2020 SZ Wangen von Vera Stiller: Wege, die zum geglückten Leben führen. Dr. Gabriela Piber referierte zur Veranstaltungsreihe „Suizid – Das doppelte Tabu“.
- 24.03.2020 SZ Podcast von Pauly Andrea zum Thema Corona-Krise und TelefonSeelsorge.
- 25.03.2020 Radio 7 mit Elke Rothenkolb zum Thema Corona-Krise und TelefonSeelsorge.
- 27.03.2020 SZ Wie das Telefon in der Corona-Krise zum Rettungsanker gegen die Angst wird.
- 08.04.2020 SZ FH Von Andrea Pauly im Interview mit Dr. Gabriela Piber: Wie das Telefon in der Corona-Krise zum Rettungsanker gegen die Angst wird.
- 08.08.2020 Südkurier von Daniela Biehl: Zuhören, aufmuntern, verstehen: Die Telefonseelsorge hat wegen der Corona-Krise mehr zu tun als sonst.
- 12.11.2020 SWR 4 Radiointerview mit Isabell Heine zum Thema TelefonSeelsorge und Corona.
- 28.11.2020 SZ TelefonSeelsorge in der Advents- und Weihnachtszeit
- 28.11.2020 Wochenblatt von Daniela Leberer: Ein offenes Ohr rund um die Uhr – an 365 Tagen.
- 23.12.2020 Südkurier FH von Anette Bengelsdorf: Die Sehnsucht nach dem Zusammensein: Zwei ehrenamtliche Helferinnen über ihren Einsatz an Weihnachten im Corona-Jahr.

2. Veranstaltungen

- 24.01.2020 Vortrag Dr. Piber im Rahmen des Rotary Clubs Ravensburg-Weingarten Best Western zum Thema „Damit das Leben weitergeht. Suizidprävention durch TelefonSeelsorge“.
- 10.03.2020 Vortrag Dr. Piber im Rahmen der Ausstellung zum Thema Suizid in Wangen: „Leben schützen, Menschen begleiten, Suizide verhindern.“



Vorstand, Träger, Zuschussgeber und Sponsoren!

Für den strukturellen und finanziellen Rahmen sorgten in bewährter Art und Weise die Mitglieder im Vorstand der TelefonSeelsorge, mit ihrem Vorstandsvorsitzenden Herrn RA Vesenmayer und dem stellvertretenden Vorsitzenden Herrn Codekan Dr. Claß, den wir leider zum Ende des Jahres in den Ruhestand verabschieden mussten, sowie alle Vertreterinnen und Vertreter im Gesamtvorstand und auch die Träger der Katholischen Dekanate und Evangelischen Kirchenbezirke.



Gratulieren dürfen wir unserem Vorstandsvorsitzender **Bernhard Vesenmayer** nicht nur zur Wiederwahl als Vorstand der TelefonSeelsorge für die kommenden fünf Jahre, sondern auch für die **Verleihung des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland** für seinen vielfältigen Einsatz für die Mitbürgerinnen und Mitbürger durch Herrn Ministerpräsident Winfried Kretschmann. Wir sind sehr stolz, ihn als Vorsitzenden bei uns zu haben.

- Unser Dank gilt allen Menschen und Institutionen, die uns auch in diesem Jahr **finanziell unterstützt** haben und damit ermöglichten, dass die geleistete Arbeit am Telefon, in der Mail- und Chatarbeit durchgeführt werden konnte und die hohe Qualität von Aus- und Fortbildung von TelefonSeelsorge gewährleistet blieb.
- Wir danken für die Zuschüsse der **Landkreise** Ravensburg, Biberach, Bodenseekreis, Sigmaringen, Lindau und der **Städte** Ravensburg, Weingarten, Wangen, Friedrichshafen, Biberach, Ochsenhausen und Bad Waldsee.
- Wir danken den **katholischen und evangelischen Dekanaten** des Einzugsgebietes. Sie sind die Träger der TelefonSeelsorge in Ravensburg. Ihre ökumenische Zusammenarbeit ermöglicht eine Stelle, die mit qualifizierter ehrenamtlicher Arbeit viele Menschen erreicht, unabhängig davon, ob sie den Kirchen nahe stehen oder nicht.
- Wir danken dem **Förderverein der TelefonSeelsorge** Oberschwaben-Allgäu-Bodensee für die finanzielle Unterstützung gerade in diesem Coronajahr. Besonders danken wir für die Ermöglichung der Teilnahme an dem ersten Online-Kongress der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie e.V. für 25 Teilnehmer*innen als Fortbildungsveranstaltung zum aktuellen Thema „Vertrauen schaffen. Von Verunsicherung, Verrat und Verbundenheit“. Es war ein großer Gewinn für alle Teilnehmenden. Danke auch für den „Geschmack“ von Weihnachtsgeschenken und -brötchen. Die Mitarbeiterschaft dankt besonders den Mitgliedern im Vorstand: Vera Schäfer, Erni Munzinger, Karin Wittmann, Dr. Bernd Martin Mayer und Udo Rosenbohm für ihre hoch engagierte Arbeit im Vorstand des Fördervereins.
- Für Ihre **Spende** bedanken wir uns besonders bei **der Ev. Luth. Gemeinde Ravensburg**, der **Kath. Kirchengemeinde Mochenwangen** und bei **Frau Barbara Coatti**.
- **Dank unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern**, die die TelefonSeelsorge zusätzlich zu Ihrem Dienst in unterschiedlichster Weise mitgetragen und unterstützt haben; z.B. durch Fahrtkostenspenden, PC- und IT-Kenntnisse, Übernahme von Reinigungsarbeiten, Blumen- und Pflanzenpflege usw., um nur einige Dienste zu nennen. DANKE!



TelefonSeelsorge Oberschwaben-Allgäu-Bodensee

Trägergremien	Katholisches Dekanat Allgäu-Oberschwaben-Bodensee Evangelischer Kirchenbezirk Ravensburg Katholisches Dekanat Biberach Katholisches Dekanat Bad Saulgau Evangelischer Kirchenbezirk Biberach Katholisches Dekanat Friedrichshafen
Vorstandsvorsitz	Rechtsanwalt Bernhard Vesenmayer, Friedrichshafen Codekan Dr. Gottfried Claß, Friedrichshafen
Rechnungsführung	Gabi Frosdorfer und Florian Kling, Kath. Dekanat Allgäu-Oberschwaben
Geschäftsstelle	Email: info@telefonseelsorge-ravensburg.de Homepage: http://www.telefonseelsorge-ravensburg.de
Spendenkonto TS	Kath. Dekanat Oberschwaben / Stichwort: Telefonseelsorge/Spende IBAN: DE84 6505 0110 0048 0084 28 / BIC: SOLADES1RVB
Förderverein TS	Förderverein der TelefonSeelsorge IBAN: DE46 6505 0110 0048 7011 10 / BIC: SOLADES1RVB

DIE APP „KRISEN-KOMPASS“ ...

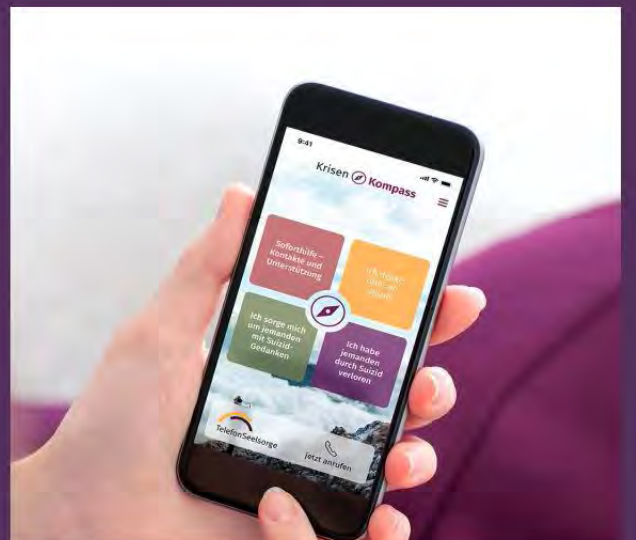
... bietet Wege aus Isolation zurück ins Leben. Mit ihr kommen die Betroffenen in Kontakt mit den eigenen Gefühlen und Ängsten.

Aber auch mit Ihren Stärken: Sie werden an Dinge erinnert die ihnen gut tun.

Die App ist gedacht sowohl für Menschen, die suizidgefährdet sind, als auch für Menschen aus deren Umfeld.

Zugleich bietet sie Hinterbliebenen Hilfe bei der Bewältigung ihres Verlusts.

Die App ist ein Medium zur Suizidprävention durch Aufklärung und Hilfe zur Selbsthilfe. Sie ist ein Portal in dem Betroffene Unterstützung finden.



Kurzfilme und weitere Informationen bitte an ihre Netzwerke weitergeben!

https://www.youtube.com/channel/UCmIQp2LO0-_kaESXR_3JOpg

NEU und KOSTENLOS!!!

<https://www.krisen-kompass.app>