



Verein erwachsener Kinder
psychisch erkrankter Eltern

Der Vorstand
c/o Irmela Boden – Paul-Windgassen-Str. 76 – 42897 Remscheid

1. April 2020

Newsletter März 2020

Inhalt:

- 1. Absage Murnthal, Jahrestagung**
- 2. Mitgliederversammlung 2020**
- 3. nützliche Informationen**

1 ABSAGE der Jahrestagung im Seminarium Murnthal/ Bayern 8. bis 10. Mai 2020

Nach reiflicher Überlegung hat der Vorstand beschlossen, die Buchung des Tagungshauses Seminarium Murnthal Anfang Mai zu stornieren. Das Risiko sich bei der Anreise oder an dem Wochenende mit dem Coronavirus anzustecken ist zu groß. Da nicht abzusehen ist, wie die Maßnahmen zur Eindämmung der Pandemie mit dem Coronavirus nach dem Ende der Osterferien weiterlaufen, wird die Aufrechterhaltung der vorgenommenen Buchung zu teuer. Auch die Anmeldungen laufen eher zögerlich, was nicht verwunderlich ist.

Eine Verschiebung des Wochenendes wäre nur am Wochenende kurz vor Weihnachten im Seminarium Murnthal möglich. Auf der Suche nach einer Alternative bemüht sich der Vorstand um eine Eintagesveranstaltung im Herbst 2020 in der Mitte Deutschlands.

**HINWEIS : eine Anmeldung zur Tagung 8.-10.Mai 2020 ist nicht mehr möglich.
Bereits angemeldete Teilnehmer sind schon über die Absage informiert worden.**

2. Mitgliederversammlung

Der Termin für die **Mitgliederversammlung** bleibt aus vereinsrechtlichen Gründen bestehen.

Statt zu einem Treffen wird zu einer Videokonferenz eingeladen:

alle interessierte Mitglieder können über ZOOM teilnehmen.

Genauere Informationen erfolgen mit der Einladung zur MV.

save the date: 9. Mai 2020 10:15 Uhr über ZOOM

Mitgliederversammlung des Seelenerbe e.V. mit Wahl von Vorstand und Kassenprüfer/In

3. Informationen zu Covid 19

Je länger die Maßnahmen zur Eindämmung der Corona Pandemie dauern, umso mehr leiden die sozialen Kontakte. Gerade in Familien mit psychischer Erkrankung sind die Auswirkungen beängstigend. Daher haben wir für erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern nützliche Informationsquellen und Kontaktmöglichkeiten zusammengestellt.

Für die eigene Fürsorge empfehlen wir die Angebote der regionalen Selbsthilfegruppen und das Forum unserer Webseite: www.seelenerbe.de

Angebote für von psychischer Erkrankung Betroffene und allgemeine Infos
um die Isolation besser zu bewältigen

<https://eppendorfer.de/und-ploetzlich-allein-zu-haus-peers-bieten-telefon-hotline/>

Ab sofort stehen jeden Tag von 17-19 Uhr ausgebildete Genesungsbegleiter*Innen (Ex-In) telefonisch oder per Mail zur Verfügung. Beide Angebote werden von Menschen mit einem eigenen seelischen Krisenerleben (sogenannten Peers) durchgeführt. Das Angebot soll Raum bieten für alle Themen rund um die seelische Betroffenheit und Einsamkeit – ist aber ausdrücklich keine Infohotline rund um das Corona-Virus.

Diesbezüglich wird auf das Robert-Koch-Institut verwiesen. Menschen mit akuter Suizidalität werden gebeten, umgehend das nächste psychiatrische Krankenhaus aufzusuchen.

| |
|--|
| Genesungsbegleitungshotline von Montag bis Sonntag zwischen 17 und 19 Uhr unter der Telefonnummer: 0176 / 54 82 00 62 , Mailberatung unter: mailberatung@genesungsbegleiter-hh.de |
|--|

Auch die **evangelische Chat-Seelsorge** weitet angesichts der Krise ihr Angebot aus.

Die Chat-Seelsorge ist ab sofort montags von 20 bis 22 Uhr, dienstags von 12 bis 14 Uhr, mittwochs von 20 bis 22 Uhr, donnerstags von 12 bis 14 Uhr, freitags von 20 bis 22 Uhr und sonntags von 10 bis 12 Uhr erreichbar.

Unter www.chatseelsorge.de steht Ratsuchenden ein Team von insgesamt mehr als 20 Pastoren, Diakonen und Pädagogen zur Verfügung. Die Teilnehmer der Chat-Runden bleiben durch "Nicknamen" anonym. Die nebenamtlichen Seelsorger geben sich dagegen mit Namen und Bild zu erkennen, jeweils drei pro Sitzung. Auf Wunsch können Nutzer auch einzeln in einem geschützten Bereich mit einem Seelsorger chatten.

Hier noch einige wichtige Ergänzungen zum Thema **Kinderschutz und Familien** oder Frauen und Männer in Konfliktsituationen in Zeiten des Corona-Virus.

Viele Familien rücken in diesen Zeiten räumlich sehr eng zusammen. Existenzängste, fehlende Freizeitangebote, soziale Kontakte und Ausgleichsmöglichkeiten bringen Konflikte und Aggressionen hervor oder verstärken bereits vorhandene.

Dabei kann es zu häuslicher Gewalt kommen. Wohin können sich Bedrohte wenden?

„Nummer gegen Kummer“ für Kinder und Jugendliche: 116 111

Elterntelefon: 0800 111 0550

Pflegetelefon: 030 2017 9131

Hilfetelefon „Schwangere in Not“: 0800 404 0020

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“: 0800 011 6016

Auch unter <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/corona-pandemie/familiaere-belastungssituationen>

<https://www.elternsein.info/beratung-anonym/anonym-kostenlos/corona-zeiten-beratung-jetzt-fuer-eltern/>

„Sei stark, hol dir Hilfe!“ – Unter diesem Motto bietet der Weiße Ring Männern als Opfer von Gewalttaten das Opfer-Telefon. Es steht unter 116 006 täglich von 7.00 Uhr bis 22.00 Uhr kostenfrei für den Erstkontakt zur Verfügung. (<https://weisser-ring.de/praevention/tipps/gewalt-gegen-maenner>)

Link der Bundesregierung zum Thema:

<https://www.bundesregierung.de/bregde/themen/coronavirus/ausnahmesituation-fuer-familien-1734472>

**Alle Angebote unter <http://seelenerbe.de/pages/kontakt/covid-19.php>
auf unserer Webseite und Facebook**