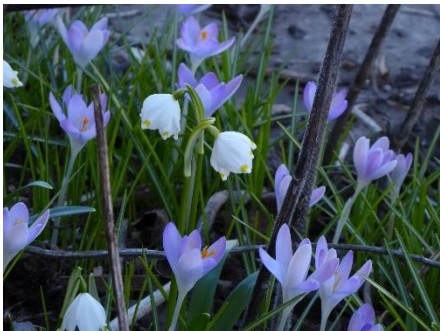


# Newsletter Nr.2/2022



Tübingen, den 7.4.2022



Sehr geehrte Teilnehmende in der Selbsthilfe und Interessierte,

nach dem nun hoffentlich letzten Wintereinbruch und den Lockerungen für unser menschliches Miteinander nach den Corona-Beschränkungen hoffen wir auf einen erfrischenden Frühling, in dem Regen und Sonne unser Leben und die Natur bereichern.

Die Anfragen nach Selbsthilfegruppen haben zurzeit vor allem in den Bereichen der seelischen Gesundheit ein nie vorgekommenes Ausmaß. Zum Thema Nebenwirkungen bei Corona-Impfungen bekommen wir Anfragen aus dem ganzen Bundesgebiet bis Schleswig-Holstein. Es wird regelmäßig gefragt, wo es eine Beratungsstelle gibt, die Menschen hilft, die seit einer der Impfungen praktisch arbeitsunfähig sind. Wir unterstützen sie bei der Vernetzung, da die Forschungserkenntnisse auf diesem Gebiet noch sehr begrenzt sind.

Wir wünschen Ihnen alles Gute für das kommende Frühjahr.

Barbara Herzog

P.S.: Wir freuen uns über regelmäßige Unterstützung durch Ihre Mitgliedschaft oder mit Ihrem Einkauf über Bildungsspender.

## Neue Gruppen

Bitte für alle Treffen vorab bei Barbara Herzog, Telefon (0 70 71-3 83 63) oder per E-Mail an [herzog@sozialforum-tuebingen.de](mailto:herzog@sozialforum-tuebingen.de) anmelden.

- Gesprächsgruppe für Internationale Frauen (Kontakt über Michelle Camila Pérez - [migration@sozialforum-tuebingen.de](mailto:migration@sozialforum-tuebingen.de))
- Parkinson-Gesprächsgruppe im Raum Rottenburg
- Nebenwirkungen bei Corona-Impfungen
- Erlebter Narzisstischer Missbrauch
- Entfremdete Eltern und Großeltern

## Einzelanfragen

- Pathologischer Medienmissbrauch
- Mobbing
- Angst
- Jüngere Menschen nach Schlaganfall
- Einsamkeit

## Angebote der Kontaktstelle

### Filmabend mit musikalischem Rahmen

Im Club Voltaire e.V. zeigen wir die Dokumentation „Gemeinsam auf dem Weg - Selbsthilfe jenseits kultureller Grenzen“. Nach der Vorführung mit musikalischem Rahmen wird Gelegenheit zum geselligem Austausch sein.

Ort: Club Voltaire, Haaggasse 26b, Tübingen 72070

Datum und Uhrzeit: 28.04.2022, 20:00 - 22:00 Uhr

Der Eintritt ist frei ohne Anmeldung

<https://club-voltaire.net/v/gemeinsam-auf-dem-weg-selbsthilfe-jenseits-kultureller-grenzen>

### Nähwerkstatt für Frauen aller Nationalitäten

Interessierte aus verschiedenen Nationalitäten können sich hier beim Nähen austauschen und ins Gespräch kommen. Der Kurs findet mittwochvormittags von 9:30-12:30 im Werkstattshaus in der Tübinger Südstadt statt. Er wird geleitet von Aicha Outaggarts und beginnt am Mittwoch, den 4.5.2022.

Informationen und Anmeldung bei Michelle Camila Pérez unter

[migration@sozialforum-tuebingen.de](mailto:migration@sozialforum-tuebingen.de) oder 0 70 71/ 3 83 63.

### Selbsthilfe digital

Digitale Formate für Selbsthilfegruppen-Treffen können eine hilfreiche Ergänzung für reale Treffen sein, vor allem, wenn jemand wegen einer Krankheit oder Behinderung nicht mobil ist. Zusammen mit der Selbsthilfekontaktstelle Nürtingen bieten wir am 18.5.2022 ab 18:00 Uhr einen Online-Workshop geben. Referentin ist die aus München stammende Rechtsanwältin Renate Mitleger-Lehner. Nach ihrem Vortrag wird Zeit für Fragen sein. Den Zugangslink verschicken wir nach Ihrer Anmeldung unter [herzog@sozialforum-tuebingen.de](mailto:herzog@sozialforum-tuebingen.de)

## **SAVE THE DATE - Gruppen im Gespräch - Gespräche in Gruppen**

Nach langer Pause laden wir nun wieder ein zu einem Austausch-Workshop. Bringen Sie Ihre Fragen mit: Wie gelingt die Arbeit in unserer Gruppe? Wie können alle zu Wort kommen? Wie verteilen wir die Aufgaben, damit alle im Boot sind? **Termin Samstag, 18.6.2022, 10:00-16:00 Uhr**; es folgt eine gesonderte Einladung.

## **Informationen - an Sie weitergeleitet**

### **"Selbsthilfe, rechtlich gesehen: Die Gesellschaft des bürgerlichen Rechts"**

Dieses Online-Seminar der NAKOS findet am 6.5.2022 von 11:00-12:30 Uhr statt und wird ebenfalls von der Referentin und Rechtsanwältin Renate Mitleger-Lehner gehalten. Teilnehmen können bis zu 25 Personen. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Rückfragen möglich unter 030 / 31 01 89-60 oder per E-Mail an [veranstaltung@nakos.de](mailto:veranstaltung@nakos.de). Eine Anmeldung ist erforderlich bis zum 25.4.2022: <https://veranstaltungen.nakos.de/buergerliches-recht/>

### **Fachtag: Der Mensch im Mittelpunkt - Wie gelingt die Umsetzung des Bundesteilhabegesetzes?**

Anmeldefrist: Mit dem Anmeldebogen melden Sie sich bitte an bis zum 8.4.2022. Benötigen Sie am Fachtag Assistenz, eine induktive Hörunterstützung oder sonstige Hilfe oder wissen nicht, wie Sie ins Landratsamt kommen? Dann melden Sie sich bei Patrick Sauter - Sozialplaner für den Landkreis Tübingen -

E-Mail: [soziales@kreis-tuebingen.de](mailto:soziales@kreis-tuebingen.de)

Telefon: 07071 / 207-2011

Auch bei weiteren Rückfragen steht Herr Sauter gerne zur Verfügung.

**Freitag, 29.4.2022, 13.30 bis 17.30 Uhr**

im Landratsamt Tübingen, Wilhelm-Keil-Str. 50, 72072 Tübingen, barrierefrei

### **Informationen rund um das Thema Selbsthilfe**

... finden Sie auch im aktuellen Newsletter der NAKOS unter

<https://www.nakos.de/aktuelles/newsletter/>

## **Impressum**

SOZIALFORUM TÜBINGEN e. V.

Kontaktstelle für Selbsthilfe

Europaplatz 3

72072 Tübingen

<http://www.sozialforum-tuebingen.de/>

<https://www.facebook.com/SozialforumTuebingeneV>

Montag, Dienstag: 9 bis 12 Uhr

Donnerstag: 17 bis 19 Uhr

Barbara Herzog  
Telefon: (0 70 71) 3 83 63  
E-Mail: [herzog@sozialforum-tuebingen.de](mailto:herzog@sozialforum-tuebingen.de)

### **Haftung**

**Hinweis der Redaktion: Wir übernehmen keine Haftung für die Richtigkeit und Vollständigkeit der hier zur Verfügung gestellten Informationen.**

### **Abmeldung Newsletter**

Wenn Sie den Newsletter nicht mehr erhalten möchten, dann benachrichtigen Sie uns bitte.