

Newsletter Nr. 1/2025

Tübingen, den 4.2.2025



Sehr geehrte Teilnehmende in der Selbsthilfe
und Interessierte,

Seit vielen Jahren schon ziehen die symbolisierten „Sieben Schwaben“ über den Tübinger Spitzberg. Oft verspottet für ihre angebliche Naivität, scheinen sie doch wichtige Fähigkeiten zu leben: sie halten zusammen und haben Achtung voreinander, stoßen niemand aus und helfen sich gegenseitig. Das ist doch das Wesen der Selbsthilfe. Dafür setzen wir uns ein: dass Menschen mit ihrer Einzigartigkeit in der Gruppe wie in der Gesellschaft ihren Platz finden und miteinander partnerschaftlich und respektvoll umgehen.

„Kontaktstelle on Tour“

Unser im Dezember angekündigtes Vorhaben Sie in Ihren Gruppen wieder einmal oder neu kennen zu lernen ist auf dem Weg, erste Termine habe ich für dieses Jahr schon vereinbart. Melden Sie sich gerne, wann es in Ihrer Gruppe gut passen würde. Ich freue mich auf den Besuch.

Mit freundlichen Grüßen
Barbara Herzog

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

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 anmelden.

- Chronische Schmerzen
- Lipödem-Lymphödem
- Skoliose
- Lungenkrebs

Einzelanfragen

- Adoptivkinder
- Mediensucht
- Depression
- Borderline
- ADHS
- Einsamkeit
- Austauschgruppe für Menschen, die in der Pflege arbeiten

Angebote der Kontaktstelle

Handwerkszeug für Selbsthilfegruppen

Unser bewährter Workshop „Handwerkszeug für lebendige Gruppenarbeit“ wird wieder stattfinden am Samstag, den 22.3.2025. Anmeldungen in der Kontaktstelle für Selbsthilfe, Telefon (0 70 71-3 83 63) oder per E-Mail an herzog@sozialforum-tuebingen.de.

Kultursensible Öffnung der Selbsthilfe

Schreibwerkstatt "Schreiben zwischen den Welten"

Schreiben kann stärken. Schreiben kann heilsam sein. Und schreibend können wir, die wir in so vielen Welten zu Hause sind oder vielleicht auch nicht, uns selbst entdecken. Wir laden Frauen* mit Migrationsbiografie ein, sich schreibend auf die Reise zu begeben: Wer bin ich, wer möchte ich sein? Welche Wurzeln habe ich, welche Träume?

Neue Termine für das Frühjahr 2025: Samstag, 29.03., 10.05., 28.06., 19.07.2025, jeweils 14:00-17:30 Uhr. Für die Teilnehmenden ist die Veranstaltung kostenfrei. Anmeldung [hier](#) oder unter migration@sozialforum-tuebingen.de

vhs Tübingen, Katharinenstraße 18, Raum 117, Tel.: 07071 5603 29

Anmeldungsschluss 08.11.2024

www.vhs-tuebingen.de

Informationen - an Sie weitergeleitet

Wirksamkeit und Sinnhaftigkeit schulischer Inklusion

Die SPD-Stadträtin Ingeborg Höhne-Mack lädt zum Streitgespräch mit OB Boris Palmer ein; dabei geht es um Menschen mit **körperlichen ebenso wie psychischen** Beeinträchtigungen. Herzliche Einladung!
Freitag, 21. März, 20 Uhr im Uhlandsaal des Museums

Nächste Dienstags-Termine des Tübinger Dialogs

Dienstag, 25.2.2025: Sorgen - was Eltern, Partner oder Geschwister psychisch erkrankter Kinder bewegt
Dienstag, 2.3.2025: Rücksicht - der schmale Grat zwischen Abgrenzung und gegenseitigem Respekt

Ort und Uhrzeit: 18.00 - 20.00 Uhr. Begegnungsstätte HIRSCH, 1. Stock, großer Saal Hirschgasse, 9, 72070 Tübingen Die Teilnahme ist kostenfrei

Save The Date EKS-Ländertreffen in Tübingen

Vom 4. bis 6. Juli 2025 findet in Tübingen das Ländertreffen der EKS „Erwachsene Kinder von suchtkranken Eltern und Erziehern“ statt.
Details über Ort und Zeit erfahren Sie unter der Telefonnummer 0800-1235735 oder per Mail an info@eksev.org

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

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.