

## Das Referat Erwachsenenseelsorge hat hier hilfreiche Links für Familien rund um das Thema Corona zusammengestellt

### Familienalltag

- Auf der Homepage des Referats finden sich praktische Tipps für den Alltag, Spiel- und Baselideen, Anregungen für das Gebet zu Hause und vieles mehr:

<https://bistummainz.de/seelsorge/erwachsene/angebote-fuer-familien/>

- Eine der umfangreichsten Seiten, nicht nur für Familien, stellt das Bistum Freiburg zur Verfügung:

[https://www.bistum-freiburg.de/html/content/glaube\\_seelsorge4135.html?&#a-pos-12149044](https://www.bistum-freiburg.de/html/content/glaube_seelsorge4135.html?&#a-pos-12149044)

- In der Broschüre der AGJ (Fachverband für Prävention und Rehabilitation) finden Sie unter dem Titel „Elternwissen Corona“ viele Informationen rund um die Familien:

[https://www.agj-freiburg.de/images/downloads/KJS/ElternWissen\\_Corona.pdf](https://www.agj-freiburg.de/images/downloads/KJS/ElternWissen_Corona.pdf)

### Unterstützung, Beratung, Hilfe

- Auf der Seite des Bundesfamilienministeriums geht es um finanzielle Hilfen und staatliche Unterstützung:

<https://familienportal.de/familienportal/familienleistungen/corona/finanzielle-hilfen>

Hier finden sie Hilfe, wenn das Zusammenleben schwierig wird:

<https://www.caritas-mainz.de/hilfe-amp-beratung/kinder-jugend-familie-amp-partnerschaft/>

- Eine Übersicht über die Beratungsdienste der Caritas im Bistum und deren Erreichbarkeit, telefonisch und online stellt diese Seite zusammen.

<https://www.caritas-bistum-mainz.de/corona/beratungsangebote>

- Das Hilfetelefon bei Gewalt gegen Frauen ist unter 0 8000 116 016 erreichbar. Auf der Seite finden sich auch noch der Zugang zu weiteren Beratungsformen.

<https://www.hilfetelefon.de/>

- Die Internetseite des Bistums bündelt verschiedene Angebote an Hotlines und Beratungsangeboten

<https://bistummainz.de/soziales/aktuell/hilfsangebote-und-hotlines-zu-corona/>

## Alleinerziehende, Trennung Scheidung

- Der Verband alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV) nimmt vor allem die Fragen und Nöte Alleinerziehender in den Blick:

<https://www.vamv-rlp.de/de/Alleinerziehende-Corona.htm>

- Die Gesprächsgruppe für Menschen nach Trennung und Scheidung geht auch jetzt per skype weiter. Anmeldungen sind möglich.

<https://www.nr30.de/kursangebot/beratung-und-begleitung/trennung-scheidung-und-was-dann/>

## Paare

- Kommunikation stärken

Impulse, Hinweise und Fragen rund um Partnerschaft und Kommunikation auf Instagram oder facebook.

Täglich gibt es per Bild-Post eine Impulsfrage zum Thema (digitale) Kommunikation in der Partnerschaft. Der Hintergrund: Paare hängen in der Coronazeit dicht aufeinander oder können sich gerade wegen der Kontaktsperre nicht sehen. (Digitale) Kommunikation spielt deshalb eine sehr wichtige Rolle. (Aus dem Bistum Münster)

[https://www.instagram.com/kommunikation\\_staerken/](https://www.instagram.com/kommunikation_staerken/)

## Alter und Pflege

- Online- Beratungsportal der Caritas: besonders im Hinblick auf die Lebenssituation Alter, auch mit Rat und Hilfe für pflegende Angehörige.

<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/leben-im-alter/start>

- Ratgeberbroschüre für Pflegende Angehörige herausgegeben von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen. BAGSO.

[https://www.bagso.de/fileadmin/user\\_upload/bagso/06\\_Veroeffentlichungen/2019/BAGSO\\_Ratgeber\\_Entlastung\\_fuer\\_die\\_Seele.pdf](https://www.bagso.de/fileadmin/user_upload/bagso/06_Veroeffentlichungen/2019/BAGSO_Ratgeber_Entlastung_fuer_die_Seele.pdf)

## Tod und Trauer

- Abschied Tod und Trauer im häuslichen Umfeld. Tipps für die Gestaltung von Abschiedssituationen bei physischer Distanz

<https://bistummainz.de/export/sites/bistum/seelsorge/Erwachsenenseelsorge/.galleries/downloads/Anregungen-fuer-das-haeusliche-Umfeld.pdf>

- Angebote in der Trauerbegleitung in den Regionen des Bistums Mainz. Viele der Gruppen bieten im Augenblick Einzelbegleitung, besonders auch per Telefon an.

<https://bistummainz.de/seelsorge/Erwachsenenseelsorge/trauerbegleitung-in-den-regionen/>