



**Benötigen Sie Hilfe und Unterstützung im täglichen Bedarf?  
Können Sie Hilfe zur Verfügung stellen?**

Wenn Sie keiner Risikogruppe (unter 65-jährig, keine Vorerkrankung) angehören und Hilfe zur Verfügung stellen können, oder wenn Sie Hilfe benötigen, dann melden Sie sich bitte bei den Sozialen Diensten Müllheim-Wigoltingen-Homburg. Telefon 052 762 72 19 oder E-Mail [c.kern@muellheim.ch](mailto:c.kern@muellheim.ch)

**Evangelische Kirchgemeinde Wigoltingen-Raperswil**

Pfr. Lars Heynen, Kirchstrasse 1, 8556 Wigoltingen

Telefon: 052 763 14 01 Mail: [lars.heynen@kirchgemeinde-wira.ch](mailto:lars.heynen@kirchgemeinde-wira.ch)



wünschen, uns anzurufen.

Als Ev. Kirchgemeinde möchten wir ein Netzwerk zwischen Senioren und Menschen schaffen, die freiwillig für jemand anderen einkaufen, oder einen Fahrdienst zum Arzt o.ä. übernehmen würden. Darum bitten wir Senioren, die Hilfe

Nehmen Sie Hilfe an!



Und weil ein Mensch nicht rund um die Uhr erreichbar sein kann, hier noch der Hinweis auf die „Dargebotene Hand“ mit der Telefonnummer 143.

Auch via Mail und Chat ist die „Dargebotene Hand“ für Sie da. Auf ihrer Internetseite finden Sie weitere Informationen: <https://ostschweiz.143.ch/>



**ALKOHOLSUCHT IN ZEITEN DES CORONAVIRUS**

Die aktuelle Corona-Krise ist für alle eine seelische Belastung und setzt Alkoholranke einem besonderen Stress aus. Zur Eindämmung der Ausbreitung des Virus hat das Blaue Kreuz sein Suchthilfeangebot angepasst. Um Hilfesuchende weiterhin unterstützen zu können, hat es seine Telefon- und Onlineberatung ausgebaut.

Kontakt: Philipp Hadorn, 079 600 96 70, [philipp.hadorn@blaueskreuz.ch](mailto:philipp.hadorn@blaueskreuz.ch)

Online-Hilfe für Suchtbetroffene: [www.blaueskreuz.info/de/hilfsangebote](http://www.blaueskreuz.info/de/hilfsangebote)



**Corona-Hotline bei Sorgen, Ängsten  
und psychischer Belastung**

Ein Angebot des Kriseninterventionszentrums (KIZ) Thurgau

Telefon: 071 686 48 02, E-Mail: [aaz.pdt@stgag.ch](mailto:aaz.pdt@stgag.ch) (Betreff: Corona)

Unsere Corona-Hotline ist montags bis freitags von 9 bis 16 Uhr besetzt.

Ausserhalb dieser Zeiten können Sie sich bei psychischen Krisen rund um die Uhr ans Abklärungs- und Aufnahmezentrum (AAZ), Tel. 0848 41 41 41, wenden.



### **Angepasstes Angebot während der Coronakrise**

**Hilfen im und um Haus** sowie Entlastung von pflegenden Angehörigen werden weiterhin im angepassten Rahmen durchgeführt.

**Treuhanddienst und Steuererklärungsdienst** wird möglichst ohne persönliche Beratung aufrechterhalten.

**Unentgeltliche Sozialberatung** telefonisch oder per E-Mail zu allen Fragestellungen des Alters.

**Lebensgestaltung trotz physischer Distanz:** Tipps finden Sie auf unserer Website: <https://tg.prosenectute.ch/de/hilfen/soziale-distanz.html>

Telefon 071 626 10 80, E-Mail: [info@prosenectute.ch](mailto:info@prosenectute.ch)



### **"Social Distancing" verträgt sich schlecht mit Demenz"**

Weil Tagesbetreuungsstätten geschlossen sind und in vielen Heimen Besuchsverbote gelten, droht Überforderung und verstärkt sich das Gefühl der Hilflosigkeit.

Deshalb ist unsere Beratungsstelle unverändert telefonisch erreichbar.

Telefon 052 721 01 01, Mo-Fr. von 08.00-12.00 Uhr, E-Mail [info.tg@alz.ch](mailto:info.tg@alz.ch)