

**ZUEINANDER HALTEN. DURCHHALTEN.  
GEMEINSAM GEGEN CORONA.**

# NOT-TELEFON

für **Erwachsene** während der Corona-Krise

Ihnen fällt Zuhause die Decke auf den Kopf, weil Sie mit den Kindern nicht rausdürfen und jetzt auch noch die Spielplätze geschlossen sind?

Sie fühlen sich schrecklich allein Zuhause? Sie wissen nicht wie Sie die Zeit in Quarantäne meistern sollen? Sie brauchen seelische Unterstützung?

**SIE SIND NICHT ALLEIN –  
WIR SIND FÜR SIE DA!**

Unter der Telefonnummer **0751 3977** erreichen Sie unser Not-Telefon zu folgenden Zeiten\*:

<b>Mo., 30.03.2020</b>	von 14:00 – 16:00 Uhr
<b>Di., 31.03.2020</b>	von 14:00 – 16:00 Uhr
<b>Mi., 01.04.2020</b>	von 14:00 – 16:00 Uhr
<b>Do., 02.04.2020</b>	von 14:00 – 16:00 Uhr
<b>Fr., 03.04.2020</b>	von 14:00 – 16:00 Uhr

Wir bitten Sie um Verständnis, dass es je nach Anfrage zu Wartezeiten kommen kann.

\*Telefonzeiten ändern sich wöchentlich

**Ein Dienst des**  
Diakonischen Werks  
Oberschwaben Allgäu Bodensee

**Fachbereich Psychologische Beratung**  
Marktstraße 53, 88212 Ravensburg  
pbs@diakonie-oab.de

**Sie  
schreiben  
lieber anstatt zu  
telefonieren?**

Kein Problem – eine  
Onlineberatung für  
Erwachsene finden Sie  
unter folgendem Link:  
<https://www.bke.de/>