



SOS Détresse

Mir hëllefен iwwer Telefon an online

Aktivitätsbericht 2019

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

Ich freue mich, Ihnen unseren Tätigkeitsbericht für das Jahr 2019 zukommen zu lassen und Ihnen somit einen umfassenden Überblick über unsere Tätigkeitsfelder zu gestatten.

Zu Beginn dieses kleinen Leitartikels möchte ich auf eine große Premiere zurückkommen, die dieses Jahr in Luxemburg stattfand und an der SOS Détresse teilnehmen konnte. Am 11. Mai 2019 nahmen etwa über 420 Personen an der ersten Ausgabe des Wohltätigkeitsmarsches „Darkness Into Light“ im Großherzogtum Luxemburg teil. Trotz strömenden Regens und der frühen Morgenstunde (5 Uhr morgens) führte der Zug durch die dunklen Gassen der Stadt in Richtung der Hoffnung auf den Schein der Morgendämmerung. Die Teilnahme vieler Menschen sowie die Hilfe von 82 Freiwilligen, haben diese Veranstaltung ermöglicht und haben bewirkt, dass eine riesige Spende für die Selbstmordprävention gesammelt wurde. Es war eine Ehre für SOS Détresse, nicht nur als Wanderer, sondern auch als Partner des Events "Darkness Into Light" teilnehmen zu können. Wir danken dem Organisationskomitee von Darkness Into Light Luxembourg, dass es an uns gedacht hat und uns die Möglichkeit gegeben hat, so viele wundervolle und herzliche Menschen zu treffen, die sich zusammengeschlossen haben, um gegen die Geißel des Suizids anzukämpfen. Wir sehen uns 2020 wieder!!

Zusätzlich zu den verschiedenen Verpflichtungen und Sozialpartnerschaften, die wir 2019 eingegangen sind, hat unsere Telefonberatung, die uns sehr am Herzen liegt, aus unterschiedlichen Gründen unter mangelnder Präsenz gelitten. In der Tat waren unsere Telefonberatung aber auch unsere Onlineberatung weniger besetzt als im Vorjahr, was zu einem Rückgang der betreuten Telefongespräche und des E-Mail-Austauschs führte. Wir tun jedoch alles, um Abhilfe zu schaffen und unser Team von Freiwilligen zu stärken.

So konnte die Gruppe der Freiwilligen aus dem letzten Jahr ihre Grundausbildung im Laufe des Jahres abschließen und ihren selbstverantwortlichen Dienst am Telefon antreten. Zusätzlich begann Anfang Januar eine neue Grundausbildung, die neue Freiwillige darauf vorbereitet, unser bestehendes Team noch weiter zu verstärken. Zum anderen konnten wir Schulungen für unsere Freiwilligen anbieten, die sich für unsere Onlineberatung (SOS OnlineHelp) verpflichten möchten. Auf diese Weise konnten wir auch unser Team von "E-Redakteuren" verstärken.

2019 haben uns einige Leute verlassen und andere haben sich uns angeschlossen. Ich möchte mich ganz besonders bei unserem Team von Supervisoren bedanken, die eine erstklassige Arbeit leisten, und meine liebsten Gedanken denen mitteilen, die uns verlassen haben.

Dieses Jahr war auch besonders großzügig, was Spenden anbelangt! Ein ganz großes DANKESCHÖN an alle Spender für ihren Beitrag, egal ob groß oder klein, die es uns ermöglichen, die Betreuung unserer freiwilligen Mitarbeiter/innen, sowie ihre Ausbildung, fachliche Begleitung und Arbeitsbedingungen zu verbessern und neue Projekte zu entwickeln und umzusetzen.

Vielen Dank auch an das Ministerium für Familie, Integration und die Großregion, das das ganze Jahr über die Gespräche über Telefon und OnlineHelp unterstützt und ermöglicht.

Abschließend möchte ich das Engagement und den Einsatz aller Freiwilligen würdigen, ohne die SOS Détresse nicht existieren könnte, sowie den täglichen Einsatz unseres professionellen Teams. Danke euch allen!

Sébastien Hay
Chargé de direction

Die Gespräche am Telefon

Insgesamt kam es zu **3712** Gesprächen, dazu kamen **16** Anrufe „Gesprächsangebot“¹ und **225** Anrufe ohne Meldung, Irrtümer...

Davon:

♀ **2296**

♂ **1414**

Unbestimmt **2**

Geschätztes Alter der Anrufer pro Anruf:

5 unter 15 Jahre
38 von 15 – 20 Jahren
280 von 21 – 30 Jahre
678 von 31 – 40 Jahre
496 von 41 – 50 Jahre
1306 von 51 – 60 Jahre
698 von 61 – 70 Jahre
211 über 70 Jahre

¹ Diese neue Kategorie beinhaltet die Anrufe, in denen der Anrufer sich nicht geäußert hat, aber am Telefon geblieben ist, während dem der ehrenamtliche Mitarbeiter ihn unterstützt hat, sich zu äußern.

Verteilung der Anrufe über den Tag

1300	in den	331	Mittagsschichten	11.00 – 15.00
1131	in den	314	Tagesschichten	15.00 – 19.00
1085	in den	317	Abendschichten	19.00 – 23.00
70	in den	31	Doppelschichten	17.00 – 21.00
126	in den	94	Nachtschichten	23.00 – 03.00

147 Schichten konnten wir im Laufe dieses Jahres leider nicht besetzen! Wir versuchen aber ständig, unser Team am Telefon zu verstärken, damit wir unseren Anrufern die größtmögliche Zuverlässigkeit bieten können.

Zentrale Themen am Telefon

Die prioritär besprochenen Anliegen aus den **3712** geführten Telefongesprächen lassen sich folgenden Problembereichen zuordnen (mehrere mögliche Kategorien pro Anruf):

- 130** Abhängigkeit/Sucht
- 77** Altersspezifische Themen und Probleme
- 188** Arbeit/Beruf/Ausbildung/Schule
- 19** Emigration/Immigration/Integration
- 161** Finanzielle Probleme und Notlagen
- 65** Gewalt
- 54** Juristische Fragen und Probleme
- 468** Körper/Gesundheit/Behinderung/Krankheit/Schmerz

2132 Psychische Themen und Probleme, davon:

- 374** Auseinandersetzung mit sich selbst
- 99** Sinn- und Wertefragen
- 376** Auseinandersetzung mit starken Gefühlen
- 384** Einsamkeit und Isolation
- 122** Trauma
- 777** Psychische Probleme und psychiatrische Störungen

- 4** Schwangerschaft
- 39** Sexualität
- 78** Suizidgefährdung
- 110** Überfordernde Lebens-/Berufssituation
- 42** Wohnen

2231 Zwischenmenschliche Beziehungen, Themen und Probleme, davon:

- 536** Partnerschaft/Ehe
- 584** familiäre Beziehungen und Kontakte
- 1111** sonstige zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Kontakte

- 233** Sonstige
- 28** Rückmeldung/Beschwerden/Dank

Weitervermittlungen

Insgesamt **185** Anrufende wurden in den Gesprächen von den Mitarbeiter/innen an Institutionen aus folgenden Kompetenzbereichen weiterverwiesen:

- 16** Akute Notfallaufnahme
- 9** Angebote für ältere Menschen
- 5** Arbeit/Ausbildung/Schule
- 89** Partnerschaft/Familie, Kinder/Jugendliche
- 0** Finanzielle Probleme und Notlagen
- 22** Gewalt
- 0** Immigration und Integration
- 10** Körperliche Gesundheit/Krankheit
- 1** Psychische/psychiatrische Erkrankungen
- 19** Rechtsberatung
- 14** Suchtberatung und -behandlung
- 0** Wohnen

Die Mailberatung

2019 wurden die eingehenden Mails von **7** ehrenamtlichen Berater/innen und **1** Psychologin beantwortet. Das Team wurde im August durch **3** zusätzliche ehrenamtliche Berater/innen gestärkt.

Wir konnten in diesem Jahr insgesamt **471** eingehende Mailanfragen verzeichnen. Insgesamt wendeten sich **140** Personen per Mail an uns. Die Mailer/innen schrieben in den Sprachen Luxemburgisch, Französisch, Deutsch, Englisch und Portugiesisch an uns. Ein Teil der Nutzer sucht eher kurzfristige Unterstützung bei der Klärung für sie wichtiger Themen und Fragen. Andere und dies sind vor allem Menschen, die häufig unter Traumatisierungen und schwierigen Lebensumständen leiden, brauchen eher eine intensive und längere Unterstützung und Lebensberatung.

Von den **140** Mailern haben sich **126** in 2019 neu angemeldet, die anderen **14** haben sich zu einem früheren Zeitpunkt angemeldet und können bei den folgenden Zahlen nicht berücksichtigt werden.

Geschlechterverteilung bei den **126** neuen Mailkontakten:

♀	80
♂	22
intersexuell/ andere	1
ohne Angabe	23

Altersverteilung bei den **126** neuen Mailkontakten:

7	unter 15 Jahre
31	zwischen 15 – 20 Jahre
34	zwischen 21 – 30 Jahre
18	zwischen 31 – 40 Jahre
5	zwischen 41 – 50 Jahre
7	zwischen 51 – 60 Jahre
0	über 60 Jahre
24	unbekannt

Zentrale Themen der Mailer

Die zentralen Themen der **471** Mailanfragen lassen sich folgenden Problembereichen zuordnen (Mehrfachnennung möglich):

- 3** Abhängigkeit/Sucht
- 0** Altersspezifische Themen und Probleme
- 33** Arbeit/Ausbildung/Schule
- 1** Emigration/Immigration/Integration
- 11** Finanzielle Probleme und Notlagen
- 23** Körper/Gesundheit/Behinderung/Krankheit/Schmerz

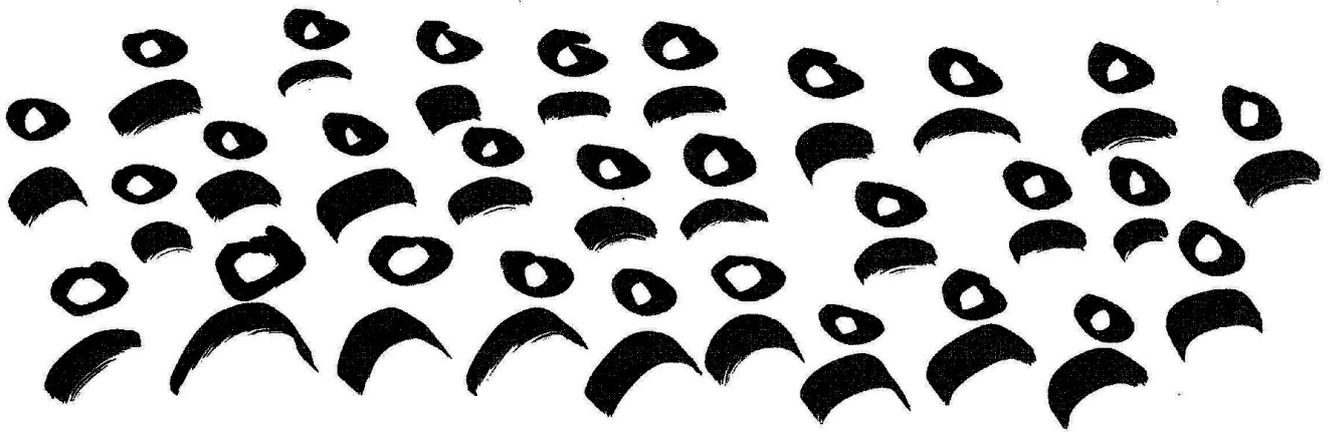
- 290** Psychische Themen und Probleme, davon:
 - 68** Auseinandersetzung mit sich selbst
 - 74** Auseinandersetzung mit starken Gefühlen
 - 14** Einsamkeit und Isolation
 - 68** Trauma
 - 59** Psychische Themen und Probleme psychischer Erkrankungen
 - 7** Fragen nach Sinn und Werten des Lebens

- 13** Gewalt durch oder gegen andere
 - 5** Selbstverletzendes Verhalten/Gewalt gegen sich selbst
 - 3** Juristische Fragen und Probleme
 - 5** Schwangerschaft
 - 5** Sexualität
- 32** Suizid
- 16** Überfordernde Lebenssituation/Burnout

- 143** Zwischenmenschliche Beziehungen, Themen und Probleme:
 - 65** Partnerschaft/Ehe
 - 49** familiäre Beziehungen
 - 29** sonstige zwischenmenschliche Beziehungen

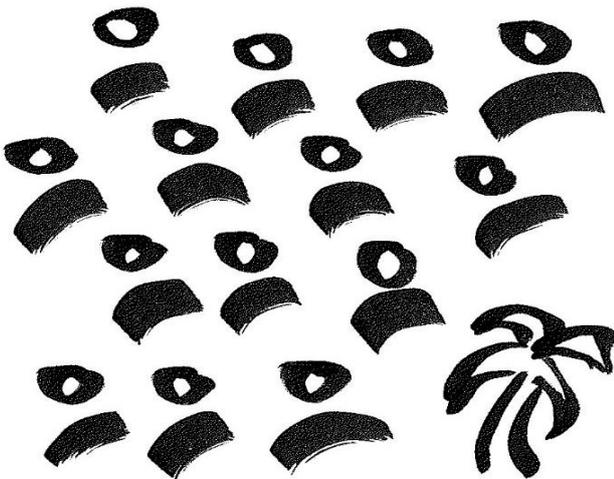
- 17** Rückmeldung/Beschwerden/Dank
 - 8** Wohnen
- 18** Sonstige

Das Mitarbeiterteam (Stichdatum 31.12.2019)



42 aktive Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen garantieren zurzeit die Schichtbesetzung bei SOS Détresse

davon traten **4** Teilnehmer/innen der Ausbildungsgruppe 2017 dem Team im Laufe des Jahres bei



8 Mitarbeiter/innen ließen sich aus persönlichen, familiären oder beruflichen Gründen beurlauben

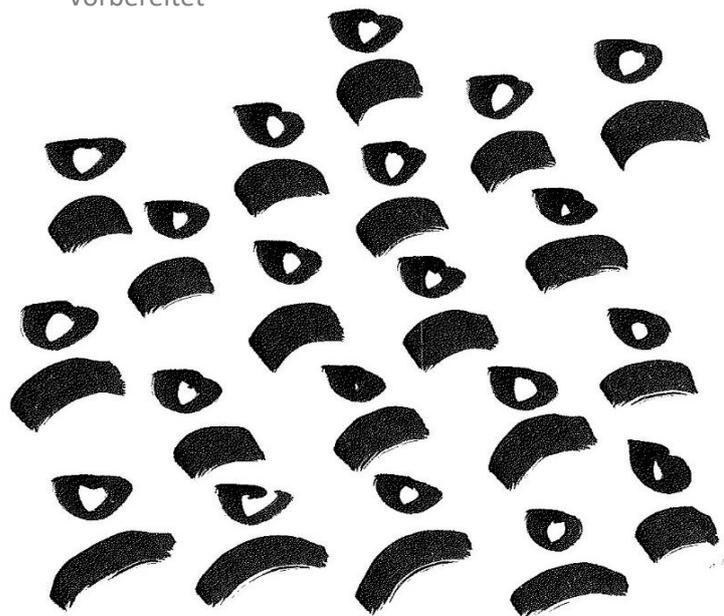
4 haben sich von SOS Détresse verabschiedet



10 Mitarbeiter/innen bilden das ehrenamtliche Team der Mailberatung, davon traten **3** neue MA im August bei



8 Teilnehmer/innen werden in der Ausbildungsgruppe 2019 auf den Dienst am Telefon vorbereitet



17 ehrenamtliche Mitarbeiter/innen im „Team II“ haben sich für andere Aufgaben als den Dienst am Telefon oder die Mailberatung engagiert

Die Grundausbildung

Die Grundausbildungsgruppe 2019

Die Grundausbildung begann Mitte Januar 2019 mit **16** Teilnehmer/innen. Am Stichtag 31.12.2019 blieben nur noch **8** Teilnehmer/innen übrig, während die restlichen Teilnehmer/innen die Grundausbildung wegen beruflicher, gesundheitlicher oder persönlich/familiärer Gründe vorzeitig verlassen haben.

Folgende Themen und Inhalte sind Teil der 4 Module der Grundausbildung:

1. Modul – Selbsterfahrung

- Erster Kennen - Lern - Abend
- Wertschätzung und Vertrauen
- Menschen lernen in der Interaktion und durch Erfahrung
- Die menschlichen Grundbedürfnisse nach Anerkennung, Zugehörigkeit und Sicherheit
- Das Grundbedürfnis nach Orientierung und Kontrolle
- Das Grundbedürfnis nach Selbstwert
- Die Krücken des Selbstwerts und die Selbstachtung
- Das Grundbedürfnis nach Lustgewinn und Unlustvermeidung - Umgang mit Gefühlen
- Die psychischen Grundbedürfnisse und unser Streben nach Konsistenz
- Die Entwicklung menschlicher Kompetenzen und Ressourcen
- Krisen und Krisenkompetenz

2. Modul – Gesprächshaltung und -techniken

- Zuhören ist wie ein Gefäß sein für die Erzählung des anderen
- Zuwendung, Nicht-Zuwendung, Gesprächsanfang, Feedback geben
- Aktives Zuhören
- Die Frage als strukturierendes Element in der Gesprächsführung
- Nicht-adäquate Verhaltensweisen im Helfergespräch, Feedback geben, kurze Wiederholung
- Einführung in die Gesprächsführung nach Carl Rogers
- Die 3 Grundvariablen: Empathie, Wertschätzung und Kongruenz. Die Ziele hilfreicher Gespräche
- Einführendes Spiegeln
- Die Empathie erschwerende Faktoren
- Die ressourcenorientierte Haltung im Helfergespräch

- Auftragsklärung, ressourcenorientierte und lösungsorientierte Fragen
- Üben und Wiederholung der bisher gelernten Techniken
- Gesprächspausen, Gespräche abschließen
- Die Struktur im Helfergespräch, üben und wiederholen

3. Modul – Psychologische Themen:

- Partnerschaft - Entwicklung, Themen und Probleme
- Familie - Entwicklung, Themen und Probleme
- Der Prozess der Trauer
- Angst und Angststörungen
- Der Prozess der Sucht
- Co-Abhängigkeit, was Sucht für die Familie bedeutet
- Gewalt in der Familie
- Trauma und posttraumatische Belastungsstörungen
- Depressionen
- Psychotische Erkrankungen
- Suizid und akute Suizidalität

4. Modul – Die Praxis:

- Vorbereitung der Teilnehmer/innen auf den Dienst am Telefon, in der Praxis

Die Grundausbildung 2019 wurde von den folgenden Mitarbeiter/innen geleitet:
Helene Vesely, Susana Campos, Fabienne Schumacher und Sébastien Hay.

Supervision und Praxisanleitung

Die Dienstagabendgruppe I

Von Januar bis Juli: 8 Sitzungen, 11 Teilnehmer, Leitung: Marianne Schilling

Von September bis Dezember: 5 Sitzungen, 11 Teilnehmer/innen, Leitung: Fabienne Schumacher

Die Dienstagabendgruppe II

Von Januar bis Juli: 7 Sitzungen, 12 Teilnehmer/innen, Leitung: Helene Vesely

Von September bis Dezember: 5 Sitzungen, 12 Teilnehmer/innen, Leitung: Helene Vesely

Die Mittwochabendgruppe I

Im Januar: 1 Sitzung, 12 Teilnehmer/innen, Leitung: Carmen Schürnbrand

Die Gruppe hat sich, Mitte Januar, der Dienstagsgruppe II angeschlossen.

Die Mittwochabendgruppe II

Von Januar bis Mai: 4 Sitzungen, 7 Teilnehmer/innen, Leitung: Corinne Finkelstein

Von Mai bis Juli: 3 Sitzungen, 7 Teilnehmer/innen, Leitung: Elisabeth Wohlgenannt

Von September bis Dezember: 5 Sitzungen, 12 Teilnehmer/innen, Leitung: Elisabeth Wohlgenannt

Die Donnerstagnachmittagsgruppe I

Von Januar bis Juli: 8 Sitzungen, 8 Teilnehmer/innen, Leitung: Irmgard Forse

Von September bis Dezember: 5 Sitzungen, 9 Teilnehmer/innen, Leitung: Irmgard Forse

Die Donnerstagnachmittagsgruppe II

Von Januar bis Juli: 8 Sitzungen, 9 Teilnehmer/innen, Leitung: Irmgard Forse

Von September bis Dezember: 5 Sitzungen, 8 Teilnehmer/innen, Leitung: Irmgard Forse

Das Team der SOS OnlineHelp

Von Januar bis Dezember: 5 Sitzungen, 7 Teilnehmer/innen, Leitung: Julia Lieske, Sébastien Hay

Einzel supervisionen während der Praxisanleitung und nach Bedarf

Angeboten von Helene Vesely und Susana Campos

Die Zusammenarbeit im Supervisoren Team

Austausch und Absprachen zwischen Supervisor/innen der ehrenamtlichen Teams am Telefon und der Leitung fanden jeweils nach Bedarf sowie in 4 Supervisoren Versammlungen statt.

Das Weiterbildungsangebot

Seminare und Vorträge

- Austausch zum Umgang mit potentiellen Straftätern
1 Seminar von 2 Stunden, Leitung: Sébastien Hay
- 2. Teil des Seminars ...die Kurve kriegen
1 Seminar von 6 Stunden, Leitung: Julia Lieske, Helene Vesely
- Psychosen erkennen und besser verstehen
1 Seminar von 3 Stunden, Leitung: Nicole Kögler (Dipl.-Pädagogin)
- Einfach wegst klopfen! - Wohlfühlseminar „Psychohygiene im Alltag“ mit kurzer Einführung in die Klopftechniken
1 Seminar von 2 Stunden, Leitung: Helene Vesely, Susana Campos
- Institutionen stellen sich vor: „Psychiatrische Dienste im Alltag“
1 Seminar von 3 Stunden, Leitung: Service Logement Supervisé (Réseau Psy), Structure d'Accueil et Centre de jour (Liewen Dobaussen), Services de jour (D'Ligue)
- „Partnerschaft“ im Film
1 Seminar von 2,5 Stunden, Leitung: Helene Vesely
- Thema Psychosen im Film : „Das weiße Rauschen“
1 Seminar von 3 Stunden, Leitung: Susana Campos
- Interkulturalität im Fokus
1 Seminar von 3 Stunden, Leitung: Fabienne Schumacher, Sébastien Hay
- Institutionen stellen sich vor: „Trauerbegleitung“ bei Omega 90
1 Seminar von 2 Stunden, Leitung: Claudia Coimbra (Psychologin bei Omega 90)
- „Plötzlich ist nichts mehr, wie es war“ – Hilfreiche Gesprächsbegleitung bei Krisen
1 Seminar von 3 Stunden, Leitung: Helene Vesely, Sébastien Hay
- Gewaltfreie Kommunikation (1. und 2. Teil von 3)
2 Seminare von 2 Stunden, Leitung: Irmgard Forse (Arcus) und Roland Jaeger (Centre de médiation)
- Achtsamkeit, Stressbewältigung, Relaxation
1 Seminar von 3 Stunden, Leitung: Helene Vesely, Fabienne Schumacher

Filmabend

- Film : « The Straight Story – Eine wahre Geschichte »
1 Seminar von 2,5 Stunden, Leitung: Susana Campos

Die institutionelle Ebene

Hauptamtliche Mitarbeiter/innen

- Sébastien Hay, Psychologe: Direktionsbeauftragter
- Helene Vesely, Psychologin, und Carmen Schürnbrand, Mag. Artium (bis Ende Februar), Fabienne Schumacher, Psychologin (seit März): Telefonberatung
- Julia Lieske, Psychologin, und Susana Campos, Psychologin: Mailberatung
- Liliane Müller-Kohl und Edith Veneziano-Geimer, Sekretariat

Prioritäre Themen und Inhalte der Mitarbeiterrats- und Verwaltungsratssitzungen

- Aktuelle Themen und Probleme in der Beratungsstelle
- Partnerschaft und Organisation des Marsches "Darkness Into Light Luxembourg 2019"
- Qualitätssiegel des Ehrenamts
- Verbesserung unserer Hilfsangebote am Telefon und in der Mailberatung
- Organisation unseres Sommerausflugs
- Anpassung an das neue Datenschutzgesetz
- Forum und Online-Chat Projekt auf unserer Website
- Diskussion der juristischen Fragen, die sich im Rahmen der Beratungsarbeit ergeben
- Anwerben neuer Mitglieder
- Verbesserung der Bequemlichkeit unserer Räumlichkeiten
- Vorbereitung unserer Neujahrsfeier

Kommunikation und Zusammengehörigkeit im Team

Viele Missionen unserer Organisation können nur gesichert werden dank unserer Zusammenarbeit mit den ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen. Das Gefühl der Zugehörigkeit und Kommunikation wurde durch die folgenden Aktivitäten verstärkt:

- Gruppenversammlungen der ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter/innen, um über die Öffentlichkeitsarbeit und die Sensibilisierungskampagnen zu reden
- Regelmäßige Gespräche mit den ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen und ein jährliches Bewertungsgespräch
- Stärkung des Zusammengehörigkeitsgefühls unserer ehrenamtlichen und professionellen Mitarbeiter/innen, während eines Ausfluges in die Stadt Clervaux, der Besichtigung der Ausstellung „The Family of Man“, einer Kutschenfahrt zur Robbesscheier. Und außerdem während eines Kinoabends mit dem Film „The Straight Story“.

Projektarbeit

- Weiterführung der Maßnahmen zur Realisierung der Bestimmungen des neuen Datenschutzgesetzes.

- Weiterführung der Reorganisation und Informatisierung der Bibliothek für unsere ehrenamtlichen und professionellen Mitarbeiter/innen.
- Entwicklung einer neuen Broschüre über das Ehrenamt bei SOS Détresse in drei Sprachen: Luxemburgisch, Deutsch und Französisch

Soziales Netzwerk

- Regelmäßige Zusammenarbeit mit anderen Organisationen des sozialen Netzwerks
- Zusammenarbeit und Partnerschaft mit dem Informations- und Präventionsdienst der Ligue, sowie mit dem Organisationskomitee von Darkness Into Light Luxemburg, im Zusammenhang mit der Organisation der ersten Ausgabe des Marsches "Darkness Into Light" in Luxemburg
- Regelmäßige Kontakte mit Diensten und Institutionen aus dem luxemburgischen sozialen Netzwerk, um die Informationen über ihre Angebote und Dienstleistungen zu aktualisieren; diese Informationen können im Fall einer Weiterverweisung unserer Anrufer notwendig sein

Die Öffentlichkeitsarbeit

Konferenzen und öffentliche Präsenzen

- Teilnahme an der Spendenübergabe der Gemeinde Betzdorf im Rahmen von "**Gemeng Betzder hëlleft**", am 4. Februar
- Vorstellung von SOS Détresse bei der Vorführung des Films "Eleanor & Colette" im **Schloss Bettembourg**, am 28. Februar
- Führung eines Informationsstands auf dem **Migration Festival**, am 2.-3. März
- Teilnahme an der **Vorstellung des Qualitätssiegels der Agence du bénévolat**, am 12. März
- Teilnahme an der Spendenübergabe der **Gemeinde Steinfort**, am 27. März
- Teilnahme am Marsch und Führung eines Stands bei der Veranstaltung "**Darkness Into Light Luxembourg**", am 11. Mai
- Teilnahme an der Spendenübergabe Zeremonie im Rahmen von "**Darkness Into Light Luxembourg**" in der **irischen Botschaft**, am 5. Juni
- Teilnahme am **Kongress der International Federation of Telephone Emergency Services (IFOTES)** in Udine, vom 3. bis 7. Juli
- Teilnahme an der **Akademischen Sitzung zum 15. Jahrestag der asbl. Anonym Glécksspiller** im CELO Kulturzentrum, am 25. September
- Moderation eines Workshops am **11. Nationalen Suizidpräventionstag**, der vom Informations- und Präventionsdienst der Ligue organisiert wurde, am 9. Oktober
- Führung eines Stands bei der **Journée Mondiale de la Santé mentale** im Krankenhaus Kirchberg, am 10. Oktober
- Teilnahme an der **40-jährigen Akademischen Sitzung von Femmes en détresse** im Cercle Municipal der Stadt Luxemburg, am 15. Oktober
- Führung eines Stands am **Praxis- und Kontakttag** in der Universität zu Belval, am 24. Oktober
- Teilnahme an der Spendenübergabe des **Lions Clubs "Roude Leiw"**, am 19. November
- Führung eines Stands bei der **Seniorenmesse** im Centre Atert in Bertrange, am 30. November
- Teilnahme an der **Einweihung der Beratungsstellen der "AFP - Solidarität - Familie ASBL" und der "Pro Familia Stiftung"** in Ettelbrück, am 9. Dezember

Präsenz in den Medien

- Artikel im Lëtzebuenger Journal « **Nicht ins Dunkle ziehen lassen** », am 28. Februar
- Interview für Radio 100,7 « **Darkness into Light Luxembourg** », am 13. Mai
- Artikel im Lëtzebuenger Journal « **Suizid ist immer noch ein Tabuthema** », am 10. September
- Artikel im Luxemburger Wort « **Stille Nacht, einsame Nacht** », am 23. Dezember

Neue Medien/Internet

- Präsenz auf **Facebook** durch regelmäßige "Posts", und Aktualisierung unserer Nachrichten und Medien auf unserer Internetseite **www.454545.lu**
- Hervorhebung unserer **Texte über Partnerschaft** auf unserer Internetseite und Facebook

Versand und Verteilung von Plakaten und anderem Material

- Regelmäßiger Versand von Plakaten während des Jahres an **den öffentlichen Transport**
- Versand unserer Plakate und Broschüren an **die Gemeinden, verschiedene Beratungsstellen und Unternehmen** im Großherzogtum

Auch Sie wollen uns unterstützen...

Sie möchten Ihre Zeit spenden und aktiv mithelfen in unserem Team von Ehrenamtlichen?
Dann wollen Sie sicher mehr erfahren über das Engagement von
SOS Détresse – Mir hëllef an iwwer Telefon an online.

Sie sind herzlich dazu eingeladen, unsere Homepage www.454545.lu zu besuchen.

Sie ziehen es vor, uns mit einer Geldspende zu unterstützen?
Wir freuen uns über jede Überweisung auf unsere Spendenkonten:

BCEE IBAN LU20 0019 5000 1190 4000

CCPL IBAN LU75 1111 1756 1848 0000