

Paar- und Einzelberatung für Erwachsene*

Unser Beratungsangebot richtet sich an Paare und Einzelpersonen. Jeder Lebensabschnitt birgt eigene Herausforderungen, die es zu bewältigen gilt. Plötzlich helfen einem bisher bewährte Lösungen nicht weiter.

Wir nehmen Ihre Anliegen ernst, hören Ihnen zu und begleiten Sie aus der Sackgasse hinaus.

Sie suchen Unterstützung...

...weil Sie unter einer schwierigen Beziehung oder Lebenssituation leiden und für sich selbst einen geschützten Rahmen für Gespräche benötigen

...weil die Gespräche mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin regelmässig in einer Sackgasse enden

...weil Sie dennoch eine Verbesserung Ihrer Partnerschaft wünschen

...weil Ihre Beziehung in einer Krise ist und Sie an Trennung denken

Unser Angebot

- Einzelberatung für Erwachsene
- Paarberatung
- Familienberatung-/therapie mit erwachsenen Familienmitgliedern
- Mediation von Trennungs- und Scheidungskonflikten
- Mediation von Familienkonflikten

Die Vorgehensweise

Ein Erstgespräch klärt Ihre Anliegen und Ziele. Anschliessend folgt auf Ihren Wunsch eine Serie von Sitzungen, die der Bearbeitung der Themen und der Überprüfung der Veränderungen dient.

* Diese Angebote beziehen sich nur auf die Bezirke Frauenfeld, Diessenhofen und Münchwilen

Jugendberatung*

Unser Angebot richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene sowie an ihre Bezugspersonen. Übergangs- und Entwicklungskrisen sind normal und gehören zum Erwachsenwerden. Gleichzeitig sind sie sehr belastend und können viel Aufmerksamkeit binden, ohne dass sich eine Beruhigung einstellt.

Du suchst Unterstützung...

...weil dich die momentane Situation belastet und es so nicht weitergehen kann

...bei Spannungen mit deinen Eltern, Lehrern und Vorgesetzten

...bei Liebes- und Beziehungsproblemen

...bei belastendem Essverhalten

...bei Übergangs- und Entwicklungskrisen

Unser Angebot

Beratung für

- Jugendliche ab 12 bis 18 Jahre
- junge Erwachsene in Ausbildung bis 25 Jahre
- Eltern, Lehrpersonen und Ausbildungsverantwortliche
- Einzelpersonen oder ganzen Familiensysteme

Die Vorgehensweise

Ein Erstgespräch klärt deine Anliegen und Ziele. Anschliessend folgt auf deinen Wunsch eine Serie von Sitzungen, die der Bearbeitung der Themen und der Überprüfung der Veränderungen dienen.

Eltern oder Bezugspersonen können sich mit deinem Einverständnis daran beteiligen.

* Diese Angebote beziehen sich nur auf die Bezirke Frauenfeld, Diessenhofen und Münchwilen

Kontakt
Perspektive 

Hauptsitz

Perspektive Thurgau
Schützenstrasse 15
Postfach 297
8570 Weinfelden

Regionalstellen

Perspektive Thurgau
Oberstadtstrasse 6
Postfach 70
8500 Frauenfeld

Perspektive Thurgau
Bahnhofstrasse 33b
Postfach
8280 Kreuzlingen

Perspektive Thurgau
Bankstrasse 4
Postfach 313
8590 Romanshorn

Perspektive Thurgau
Begegnungszentrum Leuehof
Schmiedgasse 16
8253 Diessenhofen

Perspektive Thurgau
Gemeindehaus
Im Zentrum 4
9542 Münchwilen

Telefon 071 626 02 02
Telefax 071 626 02 01

info@perspektive-tg.ch
www.perspektive-tg.ch

Telefonzeiten: Montag, Dienstag,
Donnerstag und Freitag
von 8.30 - 12.00h / 13.30 - 17.00h
Mittwoch
von 13.30 bis 17.00h

Sprechstunden nach Terminvereinbarung,
bei Bedarf auch ausserhalb
der Bürozeiten

Thurgau
Perspektive 

Gesundheitsförderung
Prävention
Beratung

www.perspektive-tg.ch

Fachstelle

Die Perspektive Thurgau ist eine Non-Profit-Organisation für Gesundheitsförderung, Prävention und Beratung. Sie ist unter Beteiligung aller 80 politischen Gemeinden im Kanton als Gemeindezweckverband organisiert und ein gemeinsames, dezentrales Angebot der Gemeinden und des Kantons Thurgau.

Auftrag

Beauftragt von Kanton und Gemeinden bieten die Fachstellen der Perspektive Thurgau an sechs Standorten – Weinfelden, Frauenfeld, Romanshorn, Kreuzlingen, Münchwilen und Diessenhofen, vielfältige und umfassende Dienstleistungen in Gesundheitsförderung, Prävention und Beratung an.

Finanzierung / KostenträgerInnen

Die Perspektive Thurgau hat durch den Kanton und die Gemeinden einen expliziten Auftrag für die Umsetzung von Gesundheitsförderung, Prävention und Beratung. Die meisten unserer Dienstleistungen sind vom Kanton und dem Gemeindezweckverband finanziert und daher für die Bevölkerung im Kanton Thurgau kostenlos respektive teilsubventioniert.

Leitsatz

Wir treten für die Gesundheit ein und unterstützen die Schaffung von gesundheitsfördernden Lebensbedingungen.

Klienten und Kunden

Gemeinden, Schulen, Betriebe, Institutionen, Einzelpersonen, Paare, Familien und Gruppen

Arbeitsweise

Wir arbeiten professionell und orientieren uns an bewährten praktischen Erfahrungen und an den neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Um Synergien zu nutzen, arbeiten wir mit Partnerorganisationen und anderen Kantonen zusammen. Informationen über Klienten und deren Umfeld werden absolut vertraulich behandelt. Auch gegenüber Projektpartnern wie Schulen, Gemeinden und Betrieben wahren wir grösste Diskretion.

Gesundheitsförderung & Prävention

Gesundheitsförderung und Prävention unterstützen Prozesse in Gemeinden, Schulen, Familien und Betrieben, um Lebens- und Arbeitsbedingungen zu schaffen, die für die Gesundheit förderlich sind.

Sie wollen ...

...bei öffentlichen Veranstaltungen den Jugendschutz konsequenter umsetzen
 ...risikoreichem Alkoholkonsum junger Erwachsener vorbeugen
 ...ein flexibel einsetzbares Suchtpräventionsprojekt mit fertigen Unterrichtseinheiten
 ...zusammen mit einer neutralen Fachperson in Ihrer Gemeinde Konflikte lösen, wie zum Beispiel das wettkampfmässige Rauschtrinken unter Jugendlichen
 ...in Ihrem Betrieb auch heikle Themen wie die „Alkoholsucht“ mit fachlicher Begleitung angehen

Unsere Angebote

- «smartconnection». Ein attraktiver Alkoholpräventionsansatz für Veranstaltungen – umgesetzt von Jugendlichen für Jugendliche
- «Netzwerk Gesunde Schule Thurgau». Netzwerk für engagierte Schulen im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention

- «freelance». Das neue und attraktive Suchtpräventionsprogramm für die Sekundarstufe und die altersentsprechenden Gymnasialklassen
- «chatten, gamen, surfen - glotzen». Informationsveranstaltungen, Weiterbildungen und Workshops zum Thema neue Medien
- «Runder Tisch». Eine gemeinsame Sprache finden
- «FemmesTische». Ein Elternbildungs- und Gesundheitsförderungsprojekt in 10 Sprachen, nicht nur für Frauen
- «Suchtprävention im Betrieb». Eine nachhaltige Investition für Ihr Personal und für einen gesunden Betrieb

Unsere Vorgehensweise

Wir setzen Programme und Projekte im Thurgau wie folgt um:

- Projektmanagement
- Begleitung
- Beratung
- Referate und Schulungen
- Informationsmaterial

Suchtberatung

Die Suchtberatung ist unsere Dienstleistung bei Fragestellungen zu Sucht und Suchtverhalten. Dabei stehen konstruktive Veränderungen und das Fördern von Eigenverantwortung im Vordergrund.

Sie brauchen Unterstützung...

...weil Sie von den Auswirkungen einer Sucht betroffen sind
 ...weil eine Person aus Ihrem Umfeld süchtig ist

Wir bieten Hilfe für

- Direktbetroffene
- Angehörige
- Schulen
- professionelle Dritte

Unser Angebot

- E-Mail- und Telefonberatung
- Informationsvermittlung
- Beratung bei Sucht und Substanzmissbrauch
- Therapie bei Abhängigkeitsstörungen
- Kontrolliertes Trinken, kontrollierter Konsum
- ambulante Weiterbehandlung nach stationärer Suchttherapie
- Fachtherapie bei gerichtlichen Massnahmen und Weisungen
- Behandlungsprogramm FiaZ/FuD (bei Führerschein-Auflagen)
- Sensibilisierungsgespräche für Jugendliche

Unsere Vorgehensweise

Wir unterstützen Sie durch Information, Beratung, professionelle Abklärung, Behandlung und Begleitung (einzeln oder in Gruppen) und gegebenenfalls durch Weitervermittlung an ambulante oder stationäre Fachdienste.

Früh-, Erziehungs- und Familienberatung*

Kinder entwickeln sich sehr schnell – eine echte Herausforderung für jede Familie.

In der frühen Kindheit ist es besonders wichtig, Auffälligkeiten rasch zu erkennen, um Entwicklungsstörungen zu verhindern. Die Früh-, Erziehungs- und Familienberatung steht Ihnen zur Verfügung, um diese grossen Aufgaben in der Erziehung Ihrer Kinder von der Geburt bis zur Pubertät/Adoleszenz zu meistern und die Gestaltung des Familienlebens mit neuem Mut anzugehen.

Sie suchen Unterstützung...

...bei Entwicklungs- oder Erziehungsfragen
 ...in der Elternschaft, im Mutter und Vater sein, in der Partnerschaft beim Übergang vom Paar zur Familie
 ...in schwierigen Lebenssituationen, (z.B. Schulwechsel, Trennung)
 ...bei der Bewältigung von Konflikten in Trennungsphasen und Scheidung
 ...bei der Überlastung als alleinerziehender Elternteil

Unser Angebot

- Beratung für Mütter, Väter, Eltern und andere Bezugspersonen
- Begleitung und Therapie für Kinder
- Zusammenarbeit mit Fachleuten aus dem Erziehungsbereich
- Kurse für Eltern
- Gruppen für Kinder in besonderen Situationen

Unsere Vorgehensweise

Ein Erstgespräch klärt Ihre Anliegen und Ziele. Anschliessend folgt auf Ihren Wunsch eine Serie von Sitzungen, die der Bearbeitung der Themen und der Überprüfung der Veränderungen dient.

* Diese Angebote beziehen sich nur auf die Bezirke Frauenfeld, Diessenhofen und Münchwilen