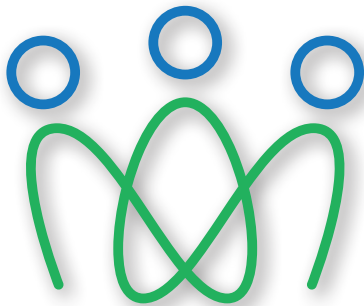


Gemeinsam statt einsam!



Einsamkeit ist mehr als nur das Fehlen von Gesellschaft. Es ist ein Gefühl der sozialen Isolation und des Mangels an emotionaler Verbundenheit mit anderen. Viele Menschen, unabhängig von ihrem Alter, können sich einsam fühlen, selbst wenn sie von anderen umgeben sind.

Gemeinsam
statt einsam



Ort der Herzenswärme



Ein offenes Treffen für alle, die neue Menschen kennenlernen und eine gute Zeit in einer angenehmen und unterstützenden Umgebung verbringen möchten.

Stärken Sie Ihr soziales Netzwerk in einer offenen und sicheren Umgebung. Erleben Sie inspirierende Gespräche und bereichernde Momente.



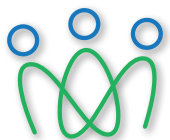
Alle sind herzlich willkommen, unabhängig von Alter, Hintergrund oder Lebenssituation.



Jeden Montag 14:00-16:00 Uhr



TREFFPUNKT
Kontakt- und Beratungsstelle,
Frohnhauser Platz 1, 45145 Essen



Gemeinsam
statt einsam

Oktober

Spaziergehen mit Hund



Montag,
21. 10. und 28. 10. von 15-17 Uhr

November

Abendbrot



Freitag, 08. 11 von 17-19 Uhr &
Montag, 25. 11 von 17-19 Uhr

3,50€ inkl. Speisen & Getränke

Bitte vorher telefonisch, persönlich oder per Mail anmelden:
spz@asb-ruhr.info

Dezember

Ausflug zum Weihnachtsmarkt in Hattingen



Donnerstag, 05.12.,
Treffpunkt KoBe um 11 Uhr
(Fahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln)

Spieleabend



Freitag, 06.12 von 16:30-19:00 Uhr



Kontakt- und Beratungsstelle ASB,
Henricstraße 108, 45136 Essen

OFFLINE!



Eine Gruppe zum Connecten

Du bist zwischen 18 – 30 Jahren, psychisch belastet oder erkrankt und möchtest mit uns aktiv werden?

Offline im Real Life möchten wir gemeinsam Handtools entwickeln, um dem unangenehmen Gefühl der Einsamkeit zu begegnen.

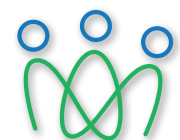
Unser Ziel: Gemeinsam stark gegen Loneliness für togetherness!



Ab Freitag, 18.10.2024 (6 Termine)



Anmeldung und Information im
SPZ Essen-Borbeck unter
0201 6400- 5341
oder
spz-essen@contilia.de



Gemeinsam
statt einsam

SPZ-Adressen in Essen

Essener Kontakte e.V.

Gemeinschaft für sozialpsychiatrische Hilfen



SPZ Essen-Mitte

Frohnhauser Platz 1, 45145 Essen



0201 73 36 46



kontaktstelle@essener-kontakte.de



www.essener-kontakte.de

Sozialpsychiatrisches Zentrum
Essen-Nord



Contilia

SPZ Essen-Nord

Germaniaplatz 3, 45355 Essen



0201 6400 5341



spz-essen@contilia.de



www.contilia.de



SOZIALPSYCHIATRISCHE
KONTAKT- & BERATUNGSSTELLE

SPZ Essen Süd-Ost

Henricistraße 108, 45136 Essen



0201 26 96 294



spz@asb-ruhr.info



www.asb-ruhr.de

Sie möchten eine Einzelberatung?



Vereinbaren Sie bitte einen Termin mit uns.
Die Kontaktdaten finden Sie auf der
nebenstehenden Seite.

Sie haben eine akute Krise?



Wenden Sie sich bitte an die Telefonseelsorge.
Dort werden Sie telefonisch, per Mail oder via
Chat beraten.

24 Stunden am Tag, kostenlos aus ganz
Deutschland.

0800 - 111 0 111

oder

0800 - 111 0 222

In Kooperation mit



Soziales Netzwerk
Integration und Inklusion e.V.



Sozialpsychiatrische Kompetenzzentren Migration