

„Gemeinsam statt einsam“

Informationstag Samstag, 18. März 2023



Gedanken zum Thema

Soziale Kontakte sind für uns Menschen von besonderer Bedeutung für ein zufriedenes, glückliches und gesundes Leben. In jedem Lebensalter verändern sich die Strukturen von sozialen Kontakten, vom Kleinkind zum Jugendlichen, zum jungen Erwachsenen und der Berufswahl, über die Familienplanung bis hin zur Pensionierung, dem sogenannten dritten Lebensabschnitt.

Gerade im Alter dünne sich die sozialen Kontakte aus, Nachbarn ziehen weg, Kinder sind aus dem Haus, Freunde und Verwandte sind oft leider verstorben. Wie kann es gelingen, neue tragfähige Kontakte aufzubauen und somit möglicher Einsamkeit und sozialer Isolation schon frühzeitig entgegenzuwirken? Mit diesem Informationstag möchten wir Anregungen aufzeigen, die ein Leben mit befriedigenden, zwischenmenschlichen Beziehungen ermöglichen können.

Programm

Beginn

10.30 Grußwort Bürgermeister Christoph Dellmans

10.45 „Gemeinsam statt einsam“, Vortrag
Referent: Ingo Behr, M.A. Soziale Arbeit

11.15 Gesprächsrunde zum Thema
„Gemeinsam statt einsam“

12.00 Qi-Gong, Referentin: Andrea Hilgert,
Qi-Gong Lehrerin

13.00 * „Gewaltfreie Kommunikation“, Vortrag
Referentin: Jule Harting,
Dipl. Sozialwissenschaftlerin

15.00 Ende

* In Abhängigkeit der Teilnehmerzahl findet entweder der Vortrag 1/2 Stunde oder eine Gesprächsrunde 1 Stunde statt. Beginn jeweils um 13.00 Uhr. Moderation: Ingo Behr

Zwischen den Vorträgen und Aktionen können Sie die Info-Stände mit ihren vielfältigen, präventiven Angeboten besuchen. Außerdem bieten das **Café „Vergissmeinnicht“** köstlichen Kaffee, Tee, aber auch Herzhaftes an.

Info-Stände

AWO - Ortsverband Kempen

BIS e.V. – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe
im Kreis Viersen

Bürgerverein Kempen-Hagelkreuz e.V.

Home Instead Kreis Viersen

Katholische Frauengemeinschaft Kempen

Malteser in Kempen

Pflegedienst Pflegen und Helfen

Kreispolizeibehörde Viersen

Quartiersentwicklung Stadt Kempen

Regionalbüro Pflege, Alter und Demenz, Region Niederrhein

Senioren- und Pflegeberatung der Stadt Kempen

Senioren-Initiative Altenhilfe Kempen e.V.

SO-NET Kempen

Sozialverband VdK Kempen - St. Tönis

Stadtsportverband Kempen e.V.

Veranstalter:
Netzwerk Initiative gegen Einsamkeit in Kempen
c/o Quartiersentwicklung Stadt Kempen