



Mehr
Generationen
Haus
Wir leben Zukunft vor

seniorTrainerin
Erfahrungswissen für Initiativen

Café mit Herz Sprech-Stunde Erzählcafé

++ Zentrum für bürgerschaftliches Engagement ++
++ Mehrgenerationenhaus ++ MitMachZentrale ++
++ Agentur für Seniortrainer ++ Koordinierungsstelle für
Integration durch bürgerschaftliches Engagement ++
++ Lokale Allianz für Menschen mit Demenz ++

*Einsamkeit: Ein guter Ort zum
Besuchen, ein schlechter Ort
um zu bleiben.*

Lust auf gute
Gesellschaft!?

BÜRGERHAFEN

Martin-Luther-Straße 10
17489 Greifswald
03834 77756-11
post@buergerhafen.de
www.buergerhafen.de



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Mecklenburg
Vorpommern
MV tut gut.

Ministerium für Soziales,
Integration und Gleichstellung



POMMERSCHER
DIAKONIE
VEREIN



Spätestens seit den Schlagzeilen um das neu geschaffene Amt der britischen „Einsamkeitsministerin“ ist das Thema der sozialen Isolation auch in Deutschland in aller Munde. Aktuelle Studien deuten darauf hin, dass Einsamkeit oder das subjektive Empfinden von Einsamkeit Schmerzen verursacht und das Risiko erhöht, an verschiedenen Zivilisationskrankheiten zu erkranken. Einsame Menschen tun sich jedoch schwer, ihre Isolation zu verlassen. Dabei sind gerade gemeinsame Aktivitäten und vor allem auch ehrenamtliches Engagement und Hilfe für andere der beste Ausweg.

Mit dem Erzählcafé, der Sprech-Stunde und dem Café mit Herz gibt es bei uns gleich drei verschiedene, ehrenamtlich geleitete Angebote, um mehr Gemeinschaft zu fördern. Ziel ist es, Wege aus der Einsamkeit aufzuzeigen und Möglichkeiten zu schaffen, neue Menschen oder Nachbarn kennenzulernen sowie zu einem guten Zusammenleben vor Ort beizutragen.

Die Angebote bringen gezielt und nachhaltig Menschen miteinander in Kontakt und regen den Austausch von Gedanken und Erfahrungen an. Für mehr Gemeinschaft und weniger Anonymität: Der beste Schutz vor Einsamkeit sind soziale Kontakte!



Quelle: Deutsche Fotothek

Café mit Herz

Sonntags ist oft Paar- oder Familienzeit und das kann mitunter „einsame“ Tage für Alleinstehende bedeuten. Begleitet von Ehrenamtlichen des Bürgerhafens gibt es alle zwei Wochen bei Kaffee und Kuchen die Gelegenheit, Kontakte zu knüpfen, sich miteinander auszutauschen, gemeinsame Interessen zu entdecken – und einfach den Sonntagnachmittag miteinander zu verbringen.

jeden zweiten Sonntag (ungerade Kalenderwochen), ab 14:30 Uhr, einLaden, J.-S.-Bach-Str. 24, Greifswald (Bushaltestelle „Rathaus“)

Sprech-Stunde: Einfach mal reden

Jeden Mittwochnachmittag nehmen sich ehrenamtliche Zuhörer/innen des Bürgerhafens Zeit für jeden, der ein offenes Ohr sucht. Egal ob Lebensgeschichte, kleine Sorgen oder einfach Alltägliches: Hier findet man Raum zum Reden und echte Gespräche zu zweit. Schon Dietrich Bonhoeffer wusste, „dass Zuhören ein größerer Dienst sein kann als Reden. Viele Menschen suchen ein Ohr...“.

jeden Mittwoch (ab 17.07.2019), 15:00 bis 17:00 Uhr, einLaden, J.-S.-Bach-Str. 24, Greifswald (Bushaltestelle „Rathaus“)

Erzählcafé

Beim Erzählcafé steht der Inhalt im Vordergrund: Der Einstieg in ein Gespräch kann dabei eine kurze Anekdote, ein Gedicht, ein Auszug aus einem Film oder ein Foto sein. Daraus entwickeln sich oft intensive Gespräche und spannende Debatten in gemütlicher Runde.

jeden 3. Dienstag im Monat, 15:00 Uhr, „Fuchsbau“, Peter-Warschow-Str. 12/13, Greifswald

Sie haben Fragen oder benötigen weitere Informationen? Wenden Sie sich gerne an den BÜRGERHAFEN.