

Einladung zum Cafe der Begegnung

Eine Einladung für alle, die einsam sind oder sich allein fühlen

Einsamkeit kann jeden treffen

Studien belegen, dass sich Millionen Deutsche einsam fühlen – darunter viele Senioren, aber auch junge Menschen. Die Betroffenen leiden nicht nur emotional, sondern werden auch häufiger krank.

Wer einsam ist, hat das Gefühl, nicht anerkannt, beachtet und gebraucht zu werden. Diese Empfindung hängt nicht unbedingt damit zusammen, ob man tatsächlich allein ist. So kann der eine einsam sein, obwohl er täglich mit Mitbewohnern oder Kollegen zu tun hat, während der andere kaum soziale Kontakte hat und trotzdem glücklich ist. Einsamkeit ist also nicht unbedingt mit der Abwesenheit von Menschen gleichzusetzen, sondern beschreibt eher die Unzufriedenheit mit den bestehenden zwischenmenschlichen Beziehungen. Dieses Gefühl kann nicht nur quälend sein, sondern stellt erwiesenermaßen auch eine Gefahr für die Gesundheit dar.

Wir laden alle ein, die einsam sind oder sich einsam fühlen.

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, dann kommen Sie zu unserem Cafe der Begegnung am 3. Donnerstag im Monat von 15.00 Uhr bis 17.00 Uhr in der Lila Villa, Thiemstr.55 in Cottbus. Für Ihr leibliches Wohl sorgen wir mit Kaffee und Kuchen, den Sie für einen kleinen Obolus erwerben können.

Sie können sich mit anderen austauschen oder wieder einmal ein Gesellschaftspiel oder Karten spielen.

Wenn Sie eine Idee haben, was Sie gern unternehmen wollen, dann bringen Sie diese gern mit. Vielleicht finden wir Gleichgesinnte, die das gemeinsam mit Ihnen tun.

Das Angebot richtet sich an Alle: Frauen und Männer, Junge und Ältere.

Das Cafe der Begegnung ist eine Gemeinschaftsaktion der Selbsthilfekontaktstelle REKIS Cottbus, des Frauenzentrum Cottbus und des Pflegestützpunktes Cottbus.

Für Rückfragen erreichen Sie Angelika Koal, die Koordinatorin der Selbsthilfekontaktstelle Cottbus unter der Rufnummer 0172/3523040.

Eine Anmeldung ist erforderlich:

Tel: 0355/543205

E-Mail: kontakt@selbsthilfe-cottbus.de

Cottbus, 09.03.2023