

261-08084 Ist da noch jemand? Mutmachabend für junge Erwachsene gegen Einsamkeit und für gute Bindungen und Netzwerke

Kursnr.	261-08084
Beginn	Donnerstag, 16.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Termin/e	2
Kursort	vhs, Peterstraße, Raum 214
Entgelt	kostenfrei
Kursleiter/innen	Dorothee Boss

Einsamkeit betrifft heute vor allem junge Erwachsene. Auch nach dem Ende der Coronapandemie fühlt sich fast die Hälfte moderat oder stark einsam. Doch gute soziale Kontakte und stabile Bindungen sind gerade in jungen Jahren besonders wichtig, denn sie machen Spaß und glücklich und sind sehr gesund! In einem sicheren Rahmen geht es an diesem moderierten Gesprächsabend um Erfahrungsaustausch und Hintergrundwissen zum Tabuthema Einsamkeit. Vor allem soll Mut gemacht, Ideen vermittelt und besprochen werden, wie (wieder) gute soziale Bindungen und Netzwerke gefunden und gestaltet werden können. In Kooperation mit der jungen Selbsthilfe Aachen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
16.04.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Peterstraße 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 214
16.04.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Peterstr. 21-25, vhs, Peterstraße, Raum 209