



Einladung Gemeinsam gegen Einsamkeit

Veranstaltung zur Gesundheitsförderung
durch Angebote für mehr Miteinander

Dienstag, 05. November 2024 | 10:00 bis 16:00 Uhr
Bürgersaal Hamburg Wandsbek

Die meisten Menschen sind gerne mal allein. Einsam ist man, wenn man weniger Kontakt zu anderen Menschen hat, als man das gerne möchte. Deswegen ist Einsamkeit auch von Mensch zu Mensch verschieden. Für alle Menschen gilt: Einsamkeit ist nicht gut für die Gesundheit. Wenn man einsam ist, ist man auch eher traurig, ängstlich, oder kann nicht mehr so gut schlafen.

Gute Beziehungen zu anderen zu haben ist also ganz wichtig für die Gesundheit! Wie können wir mehr mit anderen gemeinsam machen? Welche Möglichkeiten gibt es in Hamburg? Wir schauen uns gemeinsam gute Beispiele an.

Die Veranstaltung ist für Menschen mit und ohne Behinderung, Menschen, die im Bereich Inklusion und/ oder Gesundheitsförderung arbeiten, Menschen, die sich für Inklusion und / oder Gesundheitsförderung einsetzen (wie zum Beispiel Wohnbeiräte) und Nutzer:innen der Angebote. Diese Veranstaltung wird von vielen verschiedenen Menschen und Organisationen gemeinsam geplant.



Weitere Informationen gibt es auf der Veranstaltungs-Website.
Scannen Sie dafür den QR-Code mit dem Handy. Dort wird auch ein Erklärfilm für Menschen mit Hörbehinderung bereit gestellt.



Dienstag, 05. November 2024

PROGRAMM

- 10:00 Uhr **Beginn der Veranstaltung**
- 10:15 Uhr **Empowerment gegen Einsamkeit –
Miteinander Menschenrechte möglich machen**
[Prof. Dr. Sigrid Arnade](#)
Weibernetz e.V. und Mitglied im Sprecher:innenrat
des Deutschen Behindertenrats
- 10:45 Uhr **Training für mehr Wohlbefinden**
CORESZON e.V. und Evangelische Stiftung Alsterdorf
- 11:15 Uhr **Gemeinsame Kaffeepause**
- 11:45 Uhr **Vorstellung von Projekten – Teil 1**
Hier kann man einen der drei Workshops besuchen
- 12:45 Uhr **gemeinsame Mittagspause**
- 13:45 Uhr **Vorstellung von Projekten – Teil 2**
Hier kann man einen der drei Workshops besuchen
- 14:30 Uhr **gemeinsame Kaffeepause**
- 14:50 Uhr **Beitrag von**
[Prof. Dr. phil. Ingolf Prosetzky](#)
Professor für Heilpädagogik und Inclusion Studies |
Fakultät Sozialwissenschaften, Hochschule Zittau / Görlitz
- 15:20 Uhr **Gemeinsame Sammlung**
Was haben wir gelernt? Was können wir in den Alltag mitnehmen?

Dienstag, 05. November 2024

PROGRAMM

Wir bieten folgende drei Workshops zur Teilnahme am Vormittag und Nachmittag an:

Workshop 1:

**Gemeinsam in Bewegung –
Bewegungsinseln und Lots:innen für mehr Gesundheit**
Sozialkontor und Evangelische Stiftung Alsterdorf

Workshop 2:

**Gemeinsam unterstützen –
metakognitives Training und freiwillig helfen**
insel e.V. und Fördern und Wohnen

Workshop 3:

**Gemeinsam in der Nachbarschaft –
Inklusive Quartiersarbeit-Neue Mitte Altona und LeNa: Lebendige Nachbarschaft**
Leben mit Behinderung Hamburg und alsterdorf assistenz ost

16:00 Uhr Ende der Veranstaltung

Moderation: Dörte Maack | Moderatorin, Coach, Rednerin

Alle interessierten Menschen sollen teilnehmen können. Daher ist es für uns wichtig zu wissen, welche Maßnahmen zur Barrierefreiheit Sie brauchen: Gebärdendolmetscher:in? Leichte Sprache? Begleitung oder Assistenz vor Ort?

Teilen Sie uns Ihre Bedürfnisse bitte über das Anmeldeformular mit.

Bei Fragen, schreiben Sie uns eine Mail an veranstaltungen@hag-gesundheit.de, oder rufen Sie uns an unter 040 288 03 64-0.

Die Veranstaltungsräume sind rollstuhlgerecht.
Eine Induktionsschleife ist im Bürgersaal vorhanden.

Wir möchten darauf hinweisen, dass es zu Änderungen im Tagesablauf kommen kann.
Die Veranstaltungswebsite wird fortlaufend aktualisiert:
<https://www.hag-gesundheit.de/index.php?id=966>

ANMELDUNG

Veranstaltungsort

Bürgersaal Wandsbek
Am Alten Posthaus 4
22041 Hamburg
<https://www.hamburg.de/wandsbek/buergersaal/>

Anreise: Mit der U1 oder verschiedenen Buslinien bis Wandsbek Markt.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich bis zum 30. September 2024 an. Anmeldungen online unter
<https://www.hag-gesundheit.de/index.php?id=966>

Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die **Teilnahmebedingungen**.

Hinweise:

Bei der Veranstaltung wird fotografiert. Die Fotos werden zu Dokumentationszwecken und für die Webseiten der Veranstalterin und der Kooperationspartner:innen genutzt. Ihre Anmeldedaten werden zum Zweck der Veranstaltungsdurchführung gespeichert. Sie werden nicht an Dritte weitergeleitet.

Die Veranstaltung ist als Vor-Ort-Veranstaltung im Bürgersaal Wandsbek geplant.

Veranstalterin und Kooperationspartner:innen

Veranstalterin ist die Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Hamburg in der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. in Kooperation mit alsterdorf assistenz ost, alsterdorf assistenz west, ag-reha (Arbeitsgemeinschaft Rehabilitation), Behörde für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Familie und Integration (Sozialbehörde), Blinden- und Sehbehindertenverein Hamburg e.V., Evangelische Stiftung Alsterdorf, Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V., Leben mit Behinderung Hamburg, Pakt für Prävention, Senatskoordination für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderung, Sozialkontor und Sucht.Hamburg.

Veranstaltungsorganisation

Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für
Gesundheitsförderung e.V.
Hammerbrookstr. 73
20097 Hamburg
Tel: 040 288 03 64-0
E-Mail veranstaltungen@hag-gesundheit.de
www.hag-gesundheit.de

Die Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für
Gesundheitsförderung e.V. (HAG) ist das
landesweite Kompetenzzentrum für
soziallagenbezogene Gesundheitsförderung in
Lebenswelten. Ihr Ziel ist, das körperliche, seelische
und soziale Wohlbefinden der Hamburger
Bevölkerung zu stärken.