

Sozialpädagogische Begleitung

im Mehrgenerationenhaus Mittendrin

Caféhaus-Nachmittag:

- Sozialpädagogische Begleitung
Seelisch gesund bleiben - in Kontakt mit Menschen sein, kleine Autorenlesungen; Cafémusik, Kaffee, Tee und Kuchen genießen

Donnerstag, 14.00 - 17.00 Uhr

- Der Caféhaus-Nachmittag wird von einem ehrenamtlichen Team unterstützt
- Treffpunkt für Geflüchtete - ein Angebot des Caritasverbandes Altenkirchen

Mehrgenerationenhaus Mittendrin

Wilhelmstr. 10
57610 Altenkirchen
(02681) 950438

Sprechzeiten im Caritasverband:

freitags: 9.00 – 12.00 Uhr
Telefon Caritasverband: (02681) 2056

Alle Gespräche und Beratungen werden vertraulich behandelt und sind kostenlos.

Gerne gebe ich Ihnen weitere Informationen und freue mich auf ein Gespräch!



Spendenkonto:

Caritasverband
Sparkasse Westerwald-Sieg
(BLZ 573 510 30) Konto-Nr. 265
IBAN: DE22 5735 1030 0000 0002 65
BIC: MALADE51AKI



**Caritasverband
Altenkirchen e.V.
Rathausstr. 5
57610 Altenkirchen**

Telefon: 02681 - 2056
Telefax: 02681 - 3785

E-Mail: info@caritas-altenkirchen.de
Internet: www.caritas-altenkirchen.de

Hilfe für die Seele



Beratung für Menschen in
seelischen Krisen
Begleitung von
Selbsthilfegruppen
Ehrenamtlichen-Begleitung
Beratung und Weiterbildung

Not sehen und handeln.
C a r i t a s



Beratung für Menschen

- die sich seelisch belastet fühlen
- die psychisch erkrankt sind
- die sich in Umbruchsituationen ihres Lebens befinden
- die seelisch und körperlich gesund bleiben wollen
- die Angehörige oder Vertrauenspersonen sind

Beratungsinhalte

- Gespräche
- sozialpsychiatrische Beratung
- systemische Beratung
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Erkennen des eigenen Frühwarnsystems
- eigene Ressourcen beleben
- Lösungen suchen
- Handlungsspielraum erweitern

Sprechzeiten

im Caritasverband
Rathausstr. 5
Dienstag, Donnerstag und Freitag
8.30 - 12.00 Uhr
Mittwoch
14.00 - 17.00 Uhr
und nach Vereinbarung
Telefon Caritasverband:
(02681) 2056

Hilfe für die Seele

Angeleitete Selbsthilfegruppen für Menschen in seelischen Krisenzeiten

Unsere Gruppeninhalte:

- die eigene Isolation aufbrechen
- lernen, über sich und eigene Gefühle zu sprechen
- erfahren, dass es Menschen gibt, denen es auch so geht
- sich und andere akzeptieren lernen
- sich von anderen verstanden fühlen
- kleine Schritte tun
- eigene Kräfte wecken
- Selbstvertrauen aufbauen
- Gesprächsrunden zum Thema „Seelische Gesundheit“

Wissen

jeden 1. Mittwoch, 16.00 - 17.30 Uhr,
Katholisches Pfarrheim, Kirchweg 9

Altenkirchen

jeden 3. Mittwoch, 17.00 - 18.30 Uhr,
Caritasverband Altenkirchen,
Rathausstr. 5

Ehrenamtlichen-Begleitung

Beratung und Weiterbildung im Mehrgenerationenhaus Mittendrin

Beratung für Menschen im Ehrenamt

- Reflexionsgespräche nach der Probezeit
 - ✓ Erfahrungsaustausch
- Beratung während der Zeit im Ehrenamt
 - ✓ Orientierung im persönlichen Bereich
 - ✓ Konflikte lösen

Die Beratungsgespräche sind ressourcen- und lösungsorientiert. Die Gespräche und Beratungen werden vertraulich behandelt.

Weiterbildung für Menschen im Ehrenamt

- Allgemeine Weiterbildungsangebote
 - ✓ Gesellschaftliche Strukturen
 - ✓ Soziale Themen
- Weiterbildung für Mitarbeiter/innen im Ehrenamt
 - ✓ Leitbild
 - ✓ Kommunikation miteinander und mit Besucher/innen
 - ✓ Rahmenbedingungen im MGH Mittendrin
 - ✓ Teamarbeit

Die Fortbildungen sind für ehrenamtlich Tätige kostenfrei.