

## Einsamkeit – Ein Thema, das immer wichtiger wird

Einsamkeit ist kein schöner Seinszustand, aber sie nimmt zu.

Sie kann jede\*n treffen, sie verursacht Leid, sie kann krankmachen und sie wirkt ansteckend.

Die gute Nachricht ist: Für die meisten unter uns ist sie vermeidbar oder überwindbar!

Wir werden uns mit dem Phänomen Einsamkeit beschäftigen, etwas über die Entstehung von Einsamkeit und die Risikofaktoren erfahren.

Darüber hinaus schauen wir uns an, was jede\*r Einzelne unternehmen kann, um nicht einsam zu werden oder zu sein oder einen Weg aus der Einsamkeit heraus zu finden

Edith Ahmann, Geschäftsführerin des Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover e.V.

Kursnummer 242KP94007

04. November 2024

Montag, 18 bis 20:15 Uhr, 3 UStd.

Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover e.V.

Escherstr. 10

Entgeltfrei

Anmeldungen bitte über die VHS

Sonja Krebs 168 45359

Tatjana Werner 168 36250

Gesundleben.vhs@hannover-stadt.de