

Die Zeit ist reif...

lass uns begegnen




13. Mai bis 12. Juni 2022

Veranstaltungsreihe zur Stärkung einer sorgenden Gemeinschaft in Nordfriesland



„EN BETEN TIED HET JEDER“

30 Minuten Zeit schenken

 Samstag, den 14. Mai
bis Freitag, den 10. Juni 2022

Nichts ist schöner, als mit einer anderen Person zu schnackeln. Gerade den Nordfriesen*innen liegt ein kurzer Schnack sehr am Herzen. Positive Nebeneffekte sind: Gute Laune, neue Energie und keine Einsamkeit mehr! Wie es so schön auf Platt heißt: „En beten Tid het jeder“. Unsere Idee: Sie schenken 30 Minuten Ihrer Zeit für ein Gespräch mit einer anderen Person. Wir kümmern uns darum, Sie mit dieser zusammenzubringen und können dann ganz unverbindlich miteinander schnackeln.

Klingt gut? Dann melden sie sich für 30 Minuten Begegnungspower unter 04661-601720 oder kulturbuero@niebuell.de

Wir würden uns freuen, wenn Sie dabei sind.

Melden Sie sich auch gerne bei uns, wenn Sie jemanden kennen, der beschenkt werden möchte. Lassen Sie uns wieder einander begegnen, aufeinander achtgeben und füreinander sorgen.

In vertrauensvoller Kooperation entstanden zwischen:



Ich habe Zeit für dich!
Hast du Zeit für mich?

Liebe/r _____

Ich würde gerne mal wieder mit dir...

schnackeln spazieren _____

Ich freue mich wieder von dir zu hören.

Viele Grüße von _____

Wann und Wo z. Bsp.: _____

Lass mal wieder schnackeln...

www.netzwerk-pflege-nf.de

0,70€

LESUNG IN HUSUM

Freitag, den 13. Mai 2022

18:30 Uhr

Schloss vor Husum
König-Friedrich V-Allee, 25813 Husum

Foto: Dominik H. Müller



Diana Kinnert

Mit ihrem aktuellen Buch „Die neue Einsamkeit“ trifft Diana Kinnert, Politikerin, Unternehmerin und Publizistin aus Berlin, genau den Nerv der Zeit. Wir spüren zunehmend eine Einsamkeit, die die Gesellschaft durchzieht. Die Vereinzelung und Selbstbezogenheit steht immer mehr über der Gemeinschaft. Eine Entwicklung, die Angst und vor allem auch krank machen kann.

„Die neue Einsamkeit: Und wie wir sie als Gesellschaft überwinden können“

von Diana Kinnert



Diana Kinnert ist Expertin auf diesem Gebiet, beriet schon die britische Regierung bei der Gründung eines Ministeriums für Einsamkeit und ist nun bei uns, um auf das Thema aufmerksam zu machen und Lösungen aufzuzeigen.

Eintritt 10€ vor Ort.

Um Anmeldung unter www.fbs-husum.de/programm oder 04841-829 2009 wird gebeten.

LACHYOGA-WORKSHOP AUF EIDERSTEDT

Samstag, den 11. Juni 2022

14:00-16:30 Uhr

Mars-Skipper-Hof
Gardinger Chausee 3, 25832 Kotzenbüll

Wir alle können es - und doch tun wir es viel zu selten! Und auch wenn wir wissen, dass Lachen eigentlich gesund ist, kommen wir Erwachsenen im Durchschnitt gerade mal auf 15 Lacher pro Tag. Uns sind mit der Zeit wohl einfach die Gründe zum Lachen verloren gegangen!



Carola Hellwig

Dabei ist es für unseren Körper völlig egal, ob wir lachen, weil wir gerade einen guten Witz hören oder eine Situation komisch ist. Oder ob wir eben nur „so tun als ob“. Aber da wir genau wissen, wie „Lachen“ nun mal geht, können wir auch jederzeit ohne Grund lachen.

Genau dieses Wissen nutzen wir beim Lachyoga!

Ein Lachyoga-Workshop für die ganze Familie. Während die Erwachsenen teilnehmen, werden die Kinder auf dem Mars-Skipper-Hof erlebnispädagogisch betreut. Nach der Pause mit Obst, Tee und Wasser spannen die Eltern aus. Geeignet für alle Generationen, ob mit oder ohne Kind. Lachyoga für Erwachsene von 14:00-16:00 inkl. Snack im Anschluss. 16:00-16:30 Lachyoga für Kinder ab ca. 5 Jahren. Entspannter Ausklang auf dem Hof bis 18:00 möglich.

20€ für Erwachsene, 10€ für Kinder

Eine Anmeldung unter www.fbs-husum.de/programm oder 04841-829 2009 ist erforderlich.

BEGEGNUNGSTALK IN NIEBÜLL

Sonntag, den 12. Juni 2022

13:00-15:00 Uhr

Mensa der Friedrich-Paulsen-Schule
Friedrich-Paulsen-Straße 5, 25899 Niebüll

Wie leben wir Gemeinschaft unter herausfordernden Voraussetzungen wie Altern, Armut, Krankheit (z.B. Demenz), Digitalisierung, in der Fremde oder einer neuen Heimat ankommen, Pandemieregeln wie Homeschooling, Homeoffice und Abstand halten, dem Ausfall von Veranstaltungen oder Vereinsleben? ... Unsere Talkgäste sind Dr. Ludolf Matthiesen, Leiter des Geriatriezentrums des Klinikums Nordfriesland, Ina Kruse, Projektmanagerin und Neubürgerberaterin im Kreis Nordfriesland und Diakonin Susanne Kunsmann, Leiterin des Evangelischen Kinder- und Jugendbüros Nordfriesland. Nach einleitenden Statements laden wir das Publikum dazu ein, Fragen zu stellen und sich an der Diskussion zu beteiligen.



Ina Kruse



Dr. Ludolf Matthiesen



Susanne Kunsmann

Eintritt frei

Um Anmeldung unter www.fbs-husum.de/programm oder 04661-601710 wird gebeten.

