

ANGEBOTE ZUR BERATUNG

Caritasverband für die Stadt Bonn e.V.

- **CaritasPortal**
Gerhard-von-Are-Straße 1 | 53111 Bonn
www.caritas-bonn.de/hilfen-angebote/all-gemeine-sozialberatung/caritas-portal
- **Gemeindecaritas & Ehrenamtmanagement**
Fritz-Tillmann-Straße 8-12 | 53113 Bonn
www.caritas-bonn.de/ueber-uns/ueberblick
- **Einsamkeit im LebensRaum**
Noeggerathstraße 5-9 | 53111 Bonn
www.caritas-bonn.de/hilfen-angebote/sozialpsychiatrie/lebensraum-noeggerath-strasse
- **Familienberatung- und Erziehungsberatung**
Hans-Iwand-Straße 7 | 53113 Bonn
www.caritas-bonn.de/hilfen-angebote/familien-kinder-und-jugendliche/beratungsstelle-eltern-jugendliche-kinder

Behinderten-Gemeinschaft Bonn

Oppelner Straße 130 | 53119 Bonn
<https://bgbonn.org>

Diakonisches Werk Bonn

Kaiserstraße 125 | 53113 Bonn
<https://diakonischeswerk-bonn.de>

Katholische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Gerhard-von-Are Str. 8 | 53111 Bonn
<https://koeln.efl-beratung.de/beratungsstellen/bonn>

Katholikenrat Bonn

Gerhard-von-Are Str. 5 | 53111 Bonn
www.katholikenratbonn.de

Evangelische Migrations- und Flüchtlingsarbeit Bonn

Brüdergasse 16-18 | 53111 Bonn
<https://migrapolis.de>

Psychologische Beratungsstelle des Studierendenwerks Bonn

Adenauerallee 63 | 53113 Bonn
www.studierendenwerk-bonn.de/beratung-soziales/psychologische-beratungsstelle-pbs

TelefonSeelsorge Bonn/Rhein-Sieg e.V.

Quantiusstraße 8 | 53113 Bonn (Geschäftsstelle)
<https://ts-bonn-rhein-sieg.de>

Zuhören.Draussen.Bonn

Zuhör-/Plauderbänke
Bottlerplatz | 53111 Bonn (gegenüber C&A)
<https://zuhoeren-draussen.de/staedte/bonn/>

Katholische Hochschulgemeinde

Brüdergasse 8 | 53111 Bonn
www.khgbonn.de

Triggerwarnung »Einsamkeit – (k)ein Tabu«

Sie sind von der Thematik betroffen und diese belastet Sie. Holen Sie sich Hilfe oder suchen Sie das Gespräch. Unser ehrenamtlicher Gästedienst in der Basilika (rote Weste) vermittelt Ihnen gerne einen Ansprechpartner vor Ort.

Anonyme und kostenfreie Telefonseelsorge

0800 111 0 111
0800 111 0 222
116 123

Sie möchten sich persönlich beraten lassen?

Nutzen Sie die Angebote auf diesem Faltblatt.

Katholisches Stadtdekanat Bonn

Gerhard-von-Are-Straße 5
53111 Bonn
www.katholisch-bonn.de



»EINSAMKEIT – (K)EIN TABU«

PODIUM IM BONNER MÜNSTER

WEITERE VERANSTALTUNGEN ANGEBOTE ZUR BERATUNG



Katholisches
Stadtdekanat Bonn



Katholische
Ehe-, Familien-
und Lebensberatung



BESUCHEN SIE GERNE UNSERE WEITEREN VERANSTALTUNGEN ZUM THEMA »EINSAMKEIT«

»Gemeinsam gegen einsam«

19. März | 9. April | 7. Mai | 11. Juni und 9. Juli 2026

19–21 Uhr

Einmal im Monat öffnet der Kirchenpavillon für einen besonderen Stammtisch abends seine Türen. Eingeladen sind alle, die Lust haben neue Menschen kennenzulernen.

📍 Kirchenpavillon | Kaiserplatz 1a | 53113 Bonn

📞 Kontakt und Anmeldung: Dr. Anna Miebach-Berkes
miebach-berkes@kokobe-bonn-rheinsieg.de

Bin ich depressiv oder einsam – oder beides?

Was passiert denn da?

14. April 2026 | 19–20.30 Uhr

Das Wechselspiel von Einsamkeit und negativen Emotionen bis zur Depression, und welche Rolle auch der Konsum von Suchtmitteln dabei spielen kann, wird von einem Facharzt für Psychiatrie erläutert. Anschließend ist Raum für den Austausch.

📍 Kirchenpavillon | Kaiserplatz 1a | 53113 Bonn

Gelingende Kommunikation

Verbal – nonverbal – interaktiv – ein Weg aus der Einsamkeit

20. April 2026 | 19–21 Uhr

An diesem Abend laden wir ein, überraschend und kreativ ins Gespräch zu kommen und dabei ein paar Grundfertigkeiten der Kommunikation kennenzulernen.

📍 Gangolfsaal am Bonner Münster
Gangolfstraße 14 | 53111 Bonn

📞 Infos und Anmeldung: [www.bildungswerk-ev.de/
bildungsforum-bonn/einsamkeit](http://www.bildungswerk-ev.de/bildungsforum-bonn/einsamkeit)

»Die Straße im Kopf«

Gespräch mit Dominik Bloh

20. April 2026 | 19–21 Uhr

Dominik Bloh berichtet eindringlich von seinem Weg aus der Obdachlosigkeit und öffnet den Blick für gesellschaftliche Verantwortung und strukturelle Wohnungslosigkeit.

📍 Katholische Familienbildungsstätte
Lennéstraße 5 | 53113 Bonn

📞 Infos und Anmeldung: [www.bildungswerk-ev.de/
bildungsforum-bonn/einsamkeit](http://www.bildungswerk-ev.de/bildungsforum-bonn/einsamkeit)

»Gemeinsam schweigend unterwegs«

Spirituelle Tageswanderung

25. April 2026 | 10–16 Uhr

Eine achtsame Wanderung im Schweigen mit spirituellen Impulsen, Naturerfahrung und Raum für innere Sammlung.

📍 Klosterlandschaft Heisterbach
Barockes Torhaus
Heisterbachstraße | 53639 Königswinter

📞 Infos und Anmeldung: [www.bildungswerk-ev.de/
bildungsforum-bonn/einsamkeit](http://www.bildungswerk-ev.de/bildungsforum-bonn/einsamkeit)

Hörspiel-Workshop

für Seniorinnen und Senioren

8.–10. Mai 2026 | 10–16 Uhr

Ein kreativer Workshop zur gemeinsamen Entwicklung und Produktion eines eigenen Hörspiels.

📍 Katholische Familienbildungsstätte
Lennéstraße 5 | 53113 Bonn

📞 Infos und Anmeldung: [www.bildungswerk-ev.de/
bildungsforum-bonn/einsamkeit](http://www.bildungswerk-ev.de/bildungsforum-bonn/einsamkeit)

»Eine neue Liebe!? – Wenn KI zum Beziehungspartner wird« Infoabend für Eltern

11. Mai 2026 | 19–20.30 Uhr

Ein medienpädagogischer Infoabend zu KI-gestützten Chatbots, digitaler Intimität, Einsamkeit und neuen Beziehungsformen im Jugendalter.

📍 online

📞 Infos und Anmeldung: [www.bildungswerk-ev.de/
bildungsforum-bonn/einsamkeit](http://www.bildungswerk-ev.de/bildungsforum-bonn/einsamkeit)

»online und offline verbunden« – präventiv gegen Einsamkeit im Netz

21. Mai | 28. Mai 2026 | 20.30 Uhr

Expertinnen aus der Sucht-Prävention zeigen auf, wie Internet-Nutzung und social media einsam machen, oder aber dabei helfen können verbunden zu bleiben.

📍 Kirchenpavillon | Kaiserplatz 1a | 53113 Bonn

Zusammen geht was: Ein Fest für alle!

29. Mai 2026 | 15–18 Uhr

Kontakte, Spaß und Gelegenheit zum Austausch – ein Nachmittag zum Wohlfühlen, Kennenlernen und einfach gemeinsam Feiern.

📍 Haus Mondial
Fritz-Tillmann-Str. 9 | 53113 Bonn

»Gemeinsam stark durch soziale Verbundenheit« Seminarreihe

Zeitraum: 11.–25. Juni 2026

drei Termine: 17.30–19 Uhr

Eine praxisorientierte Seminarreihe zur Stärkung sozialer Beziehungen, Resilienz und Lebensqualität.

📍 Kita St. Peter | Am Ehrenmal 1 | 53127 Bonn

📞 Infos und Anmeldung: [www.bildungswerk-ev.de/
bildungsforum-bonn/einsamkeit](http://www.bildungswerk-ev.de/bildungsforum-bonn/einsamkeit)

»Du bist nicht allein!«

Aktionstisch im Kirchenpavillon

April–Juni 2026

Der Kirchenpavillon will Ort für alle sein und schafft mit seinem Aktionstisch zum Thema Möglichkeiten zur Vernetzung. Gäste können sich hier während des Aktionszeitraums zum Thema informieren, miteinander ins Gespräch kommen oder erfahren, welche Veranstaltungen anstehen. Und dabei wird mitten im trubeligen Bistro oft klar: Du bist nicht allein!

📍 Kirchenpavillon | Kaiserplatz 1a | 53113 Bonn

Allein war gestern – heute feiern wir!

Xtra-fröhlich. Xtra-menschlich. Xtra – für Dich!

21. Juni 2026 | 15–18 Uhr

Auftakt in die bundesweite Aktionswoche »Gemeinsam aus der Einsamkeit« vom 22.–29. Juni 2026: Wir machen den Xtra-Platz zur größten Anti-Einsamkeits-Zone der Stadt – laut, fröhlich, offen für alle. Zieh deine Schuhe an, schnapp dir deinen Mut und komm vorbei. Heute ist Zeit für Musik und Tanz, für Essen und Trinken, für ein Gespräch und Gottes Segen. Egal, wie du kommst – Hauptsache, du kommst.

📍 Xtra-Platz vor der Kreuzkirche
Kaiserplatz 1a | 53113 Bonn

Workshop zu gelebter Spiritualität

27.06.2026 | 11–14 Uhr

»Fürchte dich nicht, denn ich bin mit dir.«

(Jes 41,10) – In allem Gottes Spur

📍 Gangolfsaal am Bonner Münster
Gangolfstraße 14 | 53111 Bonn

📞 Anmeldung: www.bonner-muenster.de