

Projekt	Treffpunkt	Terminzeit	GesundheitstrainerIn AnsprechpartnerIn	Anmeldungen bei
<b>Lauf-/Walkingtreff gegen Depression Lingen</b>	Sportanlage Schepsdorf	Donnerstags 17:00 Uhr	Heike Nebelsiek	Landkreis Emsland Tel.: 05931 44-1188 E-Mail: gesundheit-spdi@emsland.de
<b>Lauf-/Walkingtreff gegen Depression Meppen</b>	Parkplatz an der Freilichtbühne Meppen	Dienstags 16:00 Uhr	Heike Brüske	Landkreis Emsland Tel.: 05931 44-1188 E-Mail: gesundheit-spdi@emsland.de
<b>Lauf-/Walkingtreff gegen Depression Haselünne</b>	Großer Plesseparkplatz, Eingang K&K Markt	Donnerstags 19:00 Uhr	Martin Wenning	Landkreis Emsland Tel.: 05931 44-1188 E-Mail: gesundheit-spdi@emsland.de
<b>Lauf-/Walkingtreff gegen Depression Papenburg</b>	Volkspark Bokel Friederikenstraße	Mittwochs 09:45 Uhr	Petra Schlömer	Turnverein Papenburg Tel.: 04961 1600 E-Mail: grave@tv-papenburg.de
Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Teilnehmerplätze sind begrenzt. Eine Anmeldung ist erforderlich! Diese Kurse werden im Freien durchgeführt, daher können die Zeiten wetterbedingt variieren.				
<b>Singtreff gegen Depression</b>	St. Josef Kirche Josefstraße 19a, 49809 Lingen (Ems)	Dienstags 18:00 Uhr	Werner Hölscher	Landkreis Emsland Tel.: 05931 44-1188 E-Mail: gesundheit-spdi@emsland.de
Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Teilnehmerplätze sind begrenzt. Eine Anmeldung ist erforderlich!				
<b>Kochrunde – gemeinsam gegen Depression (Lingen)*</b>	Bildungszentrum Gebrüder-Grimm Elterstr. 1, 49808 Lingen	Dienstags 17:30 – 20:30 Uhr	Petra Hoischen	Volkshochschule Lingen gGmbH Tel.: 0591-912020 oder online anmelden E-Mail: e.leuschner@vhs-lingen.de
<b>Kochrunde – gemeinsam gegen Depression (Emsbüren)</b>	Hauptschule Küche, Schützenstr. 8, 48488 Emsbüren	Mittwochs 17:30 – 20:30 Uhr	Petra Hoischen	Volkshochschule Lingen gGmbH Tel.: 0591-912020 oder online anmelden E-Mail: e.leuschner@vhs-lingen.de
Die Teilnahme ist kostenfrei, der Eigenanteil für die Lebensmittelumlage beträgt 8,00 – 15,00 € pro Termin. Die Teilnehmerplätze sind begrenzt. Eine Anmeldung ist erforderlich!				
<b>Waldbaden gegen Depression – für Körper, Geist und Seele</b>	Reit-und Fahrverein Lingen Messinger Weg 49809 Lingen	Donnerstags 10:00 – ca. 11:00 Uhr	Bettina Engel-Hatesaul	Landkreis Emsland Tel.: 05931 44-1188 E-Mail: gesundheit-spdi@emsland.de
Die Teilnahme kostenfrei. Die Teilnehmerplätze sind begrenzt. Eine Anmeldung ist erforderlich!				
<b>Kreativtreff – Töpfern</b>	Zentrum für Jugendberufshilfe Raum 3.1.10 - Töpferraum Jahnstr. 15, 49716 Meppen	Mittwochs 16:30 – 18:00 Uhr	Susanne Kothe	Volkshochschule Meppen gGmbH Frau Frese 05931 9373-0 oder online anmelden E-Mail: info@vhs-meppen.de
<b>Kreativtreff – Bildhauerei</b>	Kulturnetzwerk Koppelschleuse Helter Damm 1, 49716 Meppen		Susanne Kothe	
Die Teilnahme ist kostenfrei, der Eigenanteil für Materialien beträgt 5,00 € pro Termin. Die Teilnehmerplätze sind begrenzt. Eine Anmeldung ist erforderlich!				

In Kooperation mit:



STIFTUNG DEUTSCHE  
DEPRESSIONSHILFE  
UND SUIZIDPRÄVENTION



LOTSE



DER PARITÄTISCHE



efle  
beratung.leben



Niels-Stensen-Kliniken  
St.-Vinzenz-Hospital Haselünne



ksb  
KREISSPORTBUND  
Emsland e.V.



TURNVEREIN  
PAPENBURG e.V.  
unser Sport verbindet!



vhs  
Volkshochschule  
Lingen  
Mehr vom Leben.



vhs  
bringt mich weiter  
Volkshochschule Meppen