

Projekt	Treffpunkt	Terminzeit	GesundheitstrainerIn AnsprechpartnerIn	Anmeldungen bei
Lauf-/Walkingtreff gegen Depression Lingen	Sportanlage Schepsdorf	Donnerstags 17:00 Uhr	Heike Nebelsiek	Landkreis Emsland Tel.: 05931 44-1188 E-Mail: gesundheit-spdi@emsland.de
Lauf-/Walkingtreff gegen Depression Meppen	Parkplatz an der Freilichtbühne Meppen	Dienstags 16:00 Uhr	Heike Brüske	Landkreis Emsland Tel.: 05931 44-1188 E-Mail: gesundheit-spdi@emsland.de
Lauf-/Walkingtreff gegen Depression Haselünne	Großer Plesseparkplatz, Eingang K&K Markt	Donnerstags 19:00 Uhr	Martin Wenning	Landkreis Emsland Tel.: 05931 44-1188 E-Mail: gesundheit-spdi@emsland.de
Lauf-/Walkingtreff gegen Depression Papenburg	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.				
Singtreff gegen Depression	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!				
Kochrunde – gemeinsam gegen Depression (Lingen)*	Bildungszentrum Gebrüder-Grimm Elterstr. 1	Dienstags 17:30 – 20:30 Uhr	Petra Hoischen	VHS Lingen Tel.: 0591-912020 E-Mail: e.leuschner@vhs-lingen.de
Kochrunde – gemeinsam gegen Depression (Emsbüren)	Hauptschule Schützenstr. 8, Küche, 48488 Emsbüren	Mittwochs 17:30 – 20:30 Uhr	Petra Hoischen	VHS Lingen Tel.: 0591-91202-0 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!				
Waldbaden gegen Depression – für Körper, Geist und Seele	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!				

In Kooperation mit:



STIFTUNG DEUTSCHE
DEPRESSIONSHILFE
UND SUIZIDPRÄVENTION



LOTSE



DER PARITÄTISCHE



eflē
beratung.leben



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



ksb
KREISSPORTBUND
Emsland e.V.



TV PAPENBURG
18 96
TURNVEREIN
PAPENBURG e.V.
unser Sport verbindet!



vhs



Volkshochschule
Lingen
Mehr vom Leben.



vhs
bringt mich weiter
Volkshochschule Meppen