

Sozialräume e.V.

Menschen verbinden.
Gemeinschaft stärken.

Sozialräume e.V. ist ein gemeinnütziger Verein mit Sitz in Mönchengladbach.

Wir entwickeln Angebote für Kinder und Familien, qualifizieren Fachkräfte und Ehrenamtliche und begleiten Träger, Vereine und Kommunen.

Dabei arbeiten wir barrierefrei, inklusiv und generationenverbindend – und öffnen Räume, in denen Menschen einander begegnen, sich beteiligen und Gemeinschaft erleben können.

Mitmachen und unterstützen



Ehrenamtlich mitgestalten

Du möchtest dich mit deinen Erfahrungen und Fähigkeiten einbringen? Wir freuen uns über Menschen, die mitgestalten.



Fördermitglied werden

Mit einer Fördermitgliedschaft unterstützt du unsere gemeinnützige und unabhängige Arbeit dauerhaft und nachhaltig.



Spenden

Auch mit einer Spende kannst du dazu beitragen, dass Projekte wie das Erzähl- und Zuhörcafé finanziert und getragen werden.

Das Team vom Erzähl- und Zuhörcafé



Stefanie Kunz
Erzieherin
Heilpädagogin
Theaterpädagogin



Angela Meisen
Erzieherin
Familienbegleiterin
Fachkraft Kinderschutz



Tim Hinderkott
Erzieher
Theaterpädagoge
Wachleiter DLRG



Karsten Daskalakis
Vereinsberater
Bildungsdozent
Hundetrainer



Mönchengladbach

Neuer Ort – neues Zuhörcafé
Ab 2027 auch in Mönchengladbach!



Erster Termin
im Januar 2027
15:00–17:00 Uhr



Neuer Treffpunkt
Ort und genauer Termin folgen bald.



Kaarst

Städtisches Familienzentrum Kaarst-Mitte
Büdericher Straße 17 b · 41564 Kaarst



Nächste Termine
Sonntag, 04.10.2026
Sonntag, 08.11.2026
Sonntag, 06.12.2026
jeweils 15:00–17:00 Uhr

(Der Nikolaus war da!)



Nahe Haltestelle
Moerser Straße · Linie 861



Sozialräume e.V.

Empathie und Expertise

Büro Mönchengladbach

☎ 02161 530510

✉ moenchengladbach@sozialraeume.de

Büro Rhein-Kreis Neuss

☎ 02131 7196370

✉ rhein-kreis-neuss@sozialraeume.de

Vereinsregisternummer

VR 5938 · Amtsgericht Mönchengladbach

Erzähl- und .. ZUHÖRCAFÉ

Mönchengladbach & Kaarst

Begegnung schafft Beziehung –
Beziehung schafft Gemeinschaft.

Zwei Räume parallel –
zur gleichen Zeit.



Das Zuhörcafé
Begegnen - erzählen - zuhören



Der Nebenraum für
Angehörige und Begleitende
Platz für die eigene Perspektive



KI-Bild

Schön, dass du da bist!

Vielleicht bist du heute zum ersten Mal dabei.
Vielleicht kennst du schon Menschen hier.
Vielleicht möchtest du erzählen.
Vielleicht möchtest du einfach zuhören.



Alles davon ist willkommen.

Das **Erzähl- und Zuhörcafé** ist ein Ort für Begegnung, Austausch und gemeinsames Erleben. Hier können Menschen miteinander ins Gespräch kommen, Erfahrungen teilen und einander zuhören – ohne Druck und ohne die Erwartung, etwas sagen zu müssen.

Du entscheidest selbst, ob und wie viel du von dir erzählen möchtest.



Freiwillig

Niemand muss etwas Persönliches teilen. Du entscheidest, was für dich passt.



Begegnen

Wir kommen miteinander in Kontakt – über Generationen und Lebenswege hinweg.



Erzählen & zuhören

Jede Geschichte zählt. Und Zuhören ist ebenso wertvoll wie Sprechen.



Barrierefrei & inklusiv

Unser Angebot ist offen für alle – unabhängig von Alter, Herkunft oder Einschränkungen.



Geschützter Rahmen

Wir begegnen einander mit Respekt. Persönliches bleibt gut aufgehoben.

Wir freuen uns auf dich!



Zeit für Begegnung

Das **Erzähl- und Zuhörcafé** bringt Menschen unterschiedlicher Generationen und Lebenssituationen zusammen.



Bei Kaffee oder Tee ist Zeit zum Kennenlernen, Erzählen, Zuhören und gemeinsamen Austausch. Kinder sind ausdrücklich willkommen.



Nach dem gemeinsamen Ankommen beginnt der begleitete Austausch im Zuhörcafé. Dort kann erzählt werden, was gerade Raum braucht: Geschichten aus dem Alltag, Erinnerungen, Gedanken, Erfahrungen oder einfach das, was dich im Moment beschäftigt.

Dabei gilt:

- ✓ Du darfst erzählen – musst aber nicht.
- ✓ Zuhören ist genauso wertvoll wie Sprechen.
- ✓ Wir begegnen einander respektvoll und auf Augenhöhe.
- ✓ Persönliches bleibt im geschützten Gesprächsraum.
- ✓ Komm vorbei so, wie du bist – hier kannst du einfach du selbst sein.



Das Angebot ist für die Teilnehmenden kostenfrei.

Raum für Angehörige

Auch Begleitende brauchen manchmal Raum

Neben dem Zuhörcafé gibt es einen eigenen geschützten Gesprächsraum für Angehörige und Menschen, die andere begleiten oder unterstützen.



Hier ist Platz für die eigene Perspektive: für Erfahrungen aus dem Alltag, Belastendes, Schönes, Fragen, Gedanken – oder einfach für das Gefühl, mit manchen Erlebnissen nicht allein zu sein.

Der Austausch wird begleitet. Auch hier entscheidest nur du selbst, ob und wie viel du erzählen möchtest.



Was in den Gesprächsräumen geteilt wird, bleibt dort gut aufgehoben. Beim gemeinsamen Abschluss geht es nicht um persönliche Gesprächsinhalte.

Kinder sind mitgedacht – gleichwütig und willkommen.



Kinder können mitentscheiden, wo sie sich wohlfühlen: im Zuhörcafé oder im Raum für Angehörige. Sie sind gleichwütige Persönlichkeiten mit eigenen Erfahrungen, Gedanken und Bedürfnissen.



Zuhören

Ein offenes Ohr für alles, was dich bewegt.



Austauschen

Im Gespräch neue Kraft schöpfen.



Vertraulich

Gesagtes bleibt im geschützten Raum.

Generationen verbinden.

Barrierefrei und inklusiv.

Im geschützten Rahmen.