



KRISENLOTSE

VERANSTALTUNGEN 2022

Meine Seele tut weh - was nun?

Antriebslosigkeit, Ängste oder Depression

Bei seelischen Beschwerden suchen viele Menschen professionelle Unterstützung. Doch wer kann wie helfen? Und wie rasch erhält man Hilfe in Hamburg? In unserer Veranstaltung erfahren Sie mehr zum Thema und es gibt Zeit für Ihre Fragen.

Wann: 03.05.2022, 10–12 Uhr

Wo: Hammer Steindamm 44, 3.OG

Anmeldung und Info bei Svetlana Borisova

T 0152 532 078 15

E borisova.svetlana@hamburger-arbeit.de

Wir machen Werbung in eigener Sache - die beWERBUNG

Sie wollen sich beweisen, wissen aber nicht wie? Dann melden Sie sich an! Sie erfahren, welche Unterlagen für Ihre Bewerbung wichtig sind. Sie erhalten Anregungen, wie man ein gutes Anschreiben formuliert und was in einen Lebenslauf hinein soll und was lieber nicht.

Wann: 24.05.2022, 10–12 Uhr

Wo: Hammer Steindamm 44, 3.OG

Anmeldung und Info bei Kirsten Jürgensen

T 0176 123 88 436

E juergensen.kirsten@hamburger-arbeit.de

Mein Handy - mein Büro: Sie haben keinen Computer, aber ein Handy?

Wir zeigen Ihnen, wie gut Sie sich mit Ihrem Handy organisieren können. Denn Ihr Handy hat einen Kalender und kann Adressen speichern. Sie können auch E-Mails und Dokumente an Behörden oder das Jobcenter versenden - alles ohne Computer. Mitbringen: Smartphone

Wann: 12.07.2022, 09.30–12 Uhr Wo:

VHS Billstedt, Billstedter Hauptstraße 69a,

Anmeldung und Info bei Olaf Eschke

T 0176 123 88 420

E eschke.olaf@hamburger-arbeit.de

Ich tue was für mich und andere - Ehrenamt und Bundesfreiwilligendienst

Sie wollen etwas Sinnvolles in Hamburg tun? Vielleicht ist ein ehrenamtlicher Job genau das Richtige für Sie! Man kann in unterschiedlichen Bereichen aktiv werden: Natur, Tiere, Handwerk, Büro, Fahrdienst, Soziales wir informieren hierzu und es gibt Zeit für Austausch.

Wann: 26.07.2022, 10–12 Uhr

Wo: Hammer Steindamm 44, 3.OG

Anmeldung und Info bei Oranna Wiesner

T 0176 123 88 401

E wiesner.oranna@hamburger-arbeit.de

Mein Haushaltsbuch - finanzielle Ausgaben im Blick

Sie wollen mehr Überblick über Ihr Geld haben? Gemeinsam verschaffen wir uns einen Überblick zu den finanziellen Einnahmen und Ausgaben. Wir geben Tipps, wie man Kontrolle über die Finanzen erhält, so dass man nicht ins Minus rutscht.

Wann: 23.08.2022, 10–12 Uhr

Wo: VHS Harburg, Edelbütteler Straße 47a

Anmeldung und Info bei Patricia Sack

T 0176 123 88 433

E sack.patricia@hamburger-arbeit.de

Jetzt helfe ich mir selbst – den Leistungsbescheid richtig verstehen!

Sie sind beim Jobcenter in Hamburg gemeldet und haben Fragen zu Ihrem Leistungsbescheid? Was steht wo? Wie setzt sich der Betrag zusammen? Diese und weitere Fragen können beim Lesen eines Bescheids auftauchen. Wir informieren Sie in einer kleinen Gruppe.

Wann: 01.11.2022, 10–12 Uhr

Wo: Hammer Steindamm 44, 3.OG

Anmeldung und Info bei Petra Merks

T 0176 123 88 415

E merks.petra@hamburger-arbeit.de

Die Veranstaltungen der psychosozialen Krisen- und Sozialberatung sind für alle Menschen im Alter von 25 bis 65 Jahren, die in Hamburg wohnen und ohne Arbeit sind oder nur ein niedriges Einkommen haben. Mehr unter: www.hamburger-arbeit.de

KOSTENFREI

WIR BERATEN IN BILLSTEDT, EILBEK, HARBURG UND EIMSBÜTTEL



040 428 68 4422



krisenlotse@hamburger-arbeit.de



Hamburg | Sozialbehörde



hamburger arbeit

... für soziale Perspektiven