

Ruhestand für Anfänger*innen

Mit Beginn des Ruhestandes sind gewohnte Strukturen nicht mehr vorhanden. Der Alltag muss neu gefüllt und strukturiert werden. Dies stellt viele Menschen vor neue Herausforderungen.

In unserer Selbsthilfegruppe sprechen wir darüber, wie wir den Übergang in den Ruhestand aktiv gestalten können.

Es besteht die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen, sich gegenseitig Anregungen zu geben, Neues auszuprobieren und eine gemeinsame Lobby zu schaffen.

Teilnehmen können alle Menschen, die Lust haben, mit anderen aktiv älter zu werden. Der Treffpunkt ist barrierefrei!

Wir treffen uns immer am **3. Mittwoch eines Monats um 17 Uhr** im Haus des Gastes Bad Holzhausen, Hudenbek 2 in 32361 Preußisch Oldendorf

Die 1. Veranstaltung findet am 20.03.2024 um 17 Uhr statt.

Informationen erhalten Sie in der Selbsthilfe-Kontaktstelle
Telefon-Nr. 0571 82802-17 / -24
E-Mail: selbsthilfe-mi-lk@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-minden-luebbecke.de

