

Beratungsstelle für Erziehungs-, Familien-,
Ehe – und Lebensfragen

Kursleitung:

Heike Ickler

Dipl.-Sozialarbeiterin
Systemische Therapeutin

Albert-Schweitzer-Weg 1

51545 Waldbröl

Telefon 02291/4068

Fax 02291/900816

Mail: beratung.hausfueralle@ekagger.de

Web: www.hausfueralle.de

Sekretariatszeiten:

Montag - Freitag 8-12 und 14-18 Uhr

Gelassen älter werden

*- Gesprächsgruppe
für Frauen und Männer ab
60 Jahren -*



Cartoon: Jan Tomaschoff

Bis heute haben Sie viel auf Ihrem Lebensweg erreicht. Sie können auf persönliche und berufliche Erfolge und Glücksmomente zurückblicken. Zugleich gibt es sicher manches, das sich in der Lebensplanung anders entwickelt hat als ursprünglich gedacht.

Im gemeinsamen Austausch verständigen wir uns über unsere Erfahrungen und Einschätzungen zu folgenden Themen:

- Lebensrückblick
- Eingebettet sein in die Familie (Partnerschaft, Kinder, Enkel)
- Älter werden als Frau/Mann (geschlechtsspezifische Unterschiede des Alterns)
- Gesundheit - Krankheit
- Lebensausblick, Perspektiven, Religiosität

„Gelassen älter werden“ ist ein Seminar- und Gesprächsangebot für Menschen, die sich mit dem Thema des bewussten Alterns beschäftigen und für sich Wege suchen, sich positiv auf die kommenden Lebensphasen einzustellen.

Allgemeine Informationen:

Das Angebot richtet sich an Frauen und Männer ab 60 Jahren.

Teilnehmerzahl 8-12

Termine:

freitags von 10.00 bis 12.00 Uhr

17.03.2017

31.03.2017

07.04.2017

28.04.2017

12.05.2017

26.05.2017

Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmelden können Sie sich über das Sekretariat der Beratungsstelle bis Montag, 13.03.2017