



Gemeinsam statt einsam!

Menschen brauchen andere Menschen zum Austauschen und zur gegenseitigen Unterstützung. Vertraute positive Beziehungen fördern das psychische Wohlbefinden und bilden ein Netz, das Halt gibt. Durch verschiedene Ereignisse kann dieses Netz verloren gehen und Einsamkeit könnte entstehen.

Was sind Anzeichen einer Einsamkeit, welche Auswirkungen hat sie? Wie kann man darauf reagieren, wenn sich jemand zurückzieht und wie kann man selber dafür sorgen sozial aktiv am Leben teilzuhaben?

Input: Anna Hirsbrunner, Fachfrau Gesundheitsförderung, Pro Senectute Kanton Bern und René Setz, Feierabendtreff Männer 60 plus.

Donnerstag, 23. Januar 2025, 18.30 – 20.30 Uhr

Ort Kirchgemeindehaus Paulus, Freiestrasse 20, 3012 Bern
Raumanschrift beachten.

Anmeldung Diese erleichtert uns die Vorbereitung – spontanes «Kommen» ist auch möglich!
M: setz@sozialeinnovation.ch oder T: 079 627 79 77 (SMS)

Nächster Termin: Do. 27. Februar 18.30 Uhr: Spiele - Abend!

Feierabendtreff

Mit dem Feierabendtreff bieten wir Männern die Möglichkeit, sich mit anderen Männern in lockerer Atmosphäre auszutauschen und sich inspirieren zu lassen. René Setz unterstützt Sie gerne bei der Realisierung von eigenen Angeboten für den Feierabendtreff Männer 60-plus. Die aktuellen Themen finden Sie im Internet unter www.sozialeinnovation.ch > Forum Xundheit > Feierabendtreff Männer 60 plus.

Ein Kooperationsangebot von: