

Neue Selbsthilfegruppe:
“Aktiv werden gegen Einsamkeit“
für Menschen ab 60 bis 75 Jahre



Fühlst auch Du Dich oft einsam und hast Dir Dein „Leben“ anders vorgestellt?
Ob Du eine Scheidung hinter Dir hast, keine Familie hast, nahe Menschen verstorben sind oder Corona vieles verändert hat...

Einsamkeit hat viele Ursachen. Und sie hat auch viele Folgen:
Sie macht traurig, antriebslos und kann depressiv machen.

Wir wollen gemeinsam Wege aus der Einsamkeit finden, uns gegenseitig stärken, uns austauschen und Ideen für gemeinsame Aktivitäten entwickeln.

**Bist Du mobil und aktiv?
Dann bist du herzlich willkommen!**

Interessierte können sich melden:

Selbsthilfe-Kontaktstelle Bonn
0228 / 94 93 33 17
selbsthilfe-bonn@paritaet-nrw.org

Weitere Informationen unter www.selbsthilfe-bonn.de

Stand: Dezember 2022