



## „Alt werden ist nichts für Feiglinge“ (Mae West)

Viele Menschen sind heute lange gesundheitlich fit und mobil. Doch das Älterwerden wirft auch ganz eigene Fragen auf, die sich auf die Veränderungen im Alter beziehen. Es braucht Mut, mit diesen veränderten Lebenssituationen umzugehen.

Was kann jede/r selbst tun und was ist hilfreich? In einer vertrauensvollen Gruppe möchten wir uns gemeinsam diesen Fragen und folgenden Themen im 1. Quartal 2020 widmen:

- **Erinnerungen** – Leben in der Vergangenheit oder im hier und jetzt?
- **Lebensbilanz** – habe ich alles richtig gemacht?
- **Distanz und Nähe** – vom Umgang mit Kindern und Enkeln

**Diakonie**   
Diakonisches Werk  
Offenbach-  
Dreieich-Rodgau

Jeweils  
von 14:30 –  
16:00 Uhr im  
Alten Café  
begleitet von  
Sophie  
Mühlbauer

Termine im  
1. Quartal  
2020:

**Donnerstag,  
16. Januar**

\*\*\*

**Donnerstag,  
13. Februar**

\*\*\*

**Donnerstag,  
12. März**

\*\*\*

**Kontakt:**

**06103/9875-16**

**Diakonie-  
of.de**

**DIE WINKELSMÜHLE**

**An der Winkelmühle 5, 63303 Dreieich**

