



Vom Erwerbsleben in den Ruhestand



Vom Erwerbsleben in den Ruhestand

Männer beschäftigen sich aktiv mit dem Übergang vom Erwerbsleben in den Ruhestand. Dies kann in der Einzelberatung oder in einer Gruppe geschehen.

Themen können sein:

- Mit der Erwerbstätigkeit abschließen
- Lebensplanung im Ruhestand
- Partnerschaft leben, Großvater sein, Familienleben
- soziale Netzwerke
- Gesund leben im Alter
- Krisen bewältigen und Hilfe finden
- Sinnhafte Tätigkeiten, Freiwilligendienste, Ehrenamt
- Lebensformen und Wohnen im Alter

Einzelgespräche finden in der Beratungsstelle statt, alternativ telefonisch oder per Video.

Termine nach Vereinbarung!

Hinweise zum Gruppenangebot befinden sich auf der Homepage.



**ECHTE
MÄNNER
REDEN.**



Kontakt:

Werner Oenning

Männer- und Väterberater

Mobil: 0151 43122389

E-Mail: w.oenning@skm-osnabrueck.de

www.skm-osnabrueck.de/maennerberatung

Johannisstraße 24, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 20511397