



Vom Erwerbsleben in den Ruhestand



**ECHTE
MÄNNER
REDEN.**



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.



Kontakt:

Werner Oenning

Männer- und Väterberater

Mobil: 0151 / 43122389

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

www.skm-osnabrueck.de/maennerberatung

Kolpingstraße 5, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 / 33144-71