



# Älter werden - gut vorbereitet in den neuen Lebensabschnitt

Veranstaltungsreihe für alle Bürger\*innen, Angehörigen und freiwillig Engagierten

ab 23.10.2024

Jeweils Mittwoch, 15.00 bis 17.00 Uhr, kostenfrei

Volkssolidarität Begegnungsstätte "Alt und Jung", Anna-Siemsen-Str. 2, 07745 Jena

**23.10.2024**

Auftaktveranstaltung: Bürgerdialog 65+. Gesundheit im Alter

**30.10.2024**

Vorsorge und Betreuung. Wo Beratung und Unterstützung zu finden sind.

**06.11.2024**

Leben mit kleinem Budget? Beratungsangebote der Stadt Jena.

**20.11.2024**

Pflegestützpunkt und Smartphone- bzw. Technikhilfe für Senior\*innen. Pflegeberatungsangebote und wie Technik helfen kann, selbstständig zu bleiben

**04.12.2024**

Wohnen im Alter. Welche Wohnformen gibt es und welcher Wohntyp bin ich?

**08.01.2025**

Sinnfindung im (Un)Ruhestand. Welches Engagement wäre etwas für mich?

Anmeldung: Tel. 03641 310092, E-Mail: [kontakt@seniorenbuero-jena.de](mailto:kontakt@seniorenbuero-jena.de)

