

Sie sind (neu) im Ruhestand und suchen Angebote für die soziale, kulturelle und digitale Teilhabe?

Die AWO Bremen und die Seniorenvertretung Bremen Gruppe Schwachhausen möchten Ihnen Orientierung bieten!

Für weitere Informationen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an: Ingeborg Mehser ingeborgmaerz@freenet.de oder Helmut Erbel helmut.erbel@gmx.de oder per Telefon an 015156610317.

Der rote Faden für den Ruhestand stellt sich vor

Der Vortrag stellt das Projekt der AWO Bremen vor. Er geht auf die Hintergründe und die Konzeption ein. Weiterhin soll er dazu anregen sich aktiv mit der Gestaltung der eigenen Ruhestandsphase auseinanderzusetzen. Es können Wünsche für weitere Veranstaltungen eingebracht werden.

17.09. 10 Uhr Gemeindezentrum Unser Lieben Frauen in der H.-H.-Meier-Allee 40a

„Digitalcafé“

Das „Digitalcafé“ bietet einen niedrigschwelligen Austausch rund um digitale „Problemchen“. Sie haben Fragen zu den Themen „Smartphone“ und „Internet“? Wir tauschen uns aus und versuchen Ihnen erste Antworten zu geben. Ebenso sollen einige „Tipps und Tricks“ besprochen werden.

24.09. 10 Uhr Gemeindezentrum Unser Lieben Frauen in der H.-H.-Meier-Allee 40a

Viel Kultur für wenig Geld

Die kulturelle Teilhabe ist eng mit den finanziellen Möglichkeiten verbunden – eigentlich. Dieser Vortrag geht auf Angebote ein, die eine kostenlose oder günstige Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ermöglichen. Die Bandbreite reicht von kostenlosen Eintritten, über sozial geförderte Einrichtungen, bis hin zu guten Tipps für Ausflüge und Aktivitäten.

28.10. 10 Uhr Begegnungszentrum Sparer Dank in der Biemannstraße 15

Der Weg in den Ruhestand: Ende und Neubeginn gestalten

Diese Veranstaltung richtet sich vorwiegend Personen, die noch berufstätig sind oder deren Renteneintritt nicht allzu lange zurückliegt. Dabei soll es einerseits um die schwierige Seite von Veränderungen gehen, die häufig auch „Verluste“ beinhalten. In einem zweiten Schritt nehmen wir positive Impulse in den Blick, insbesondere für die Lebensphase „Ruhestand“.

26.11. 10 Uhr Gemeindezentrum Unser Lieben Frauen in der H.-H.-Meier-Allee 40a

Wohngeld für Rentner*innen

Wohnen wird immer teurer, die steigenden Mieten machen vielen Menschen zu schaffen. Deshalb sind immer mehr Menschen auf Wohngeld angewiesen – auch Rentner*innen. Die Veranstaltung informiert, wer anspruchsberechtigt sein kann, was zu beachten ist und wo ein Antrag gestellt werden kann.

03.12. 15 Uhr Stadtteilfiliale der Sparkasse Bremen in der Schwachhauser Heerstraße 197

Wir bedanken uns bei der Gemeinde Unsere Lieben Frauen, dem Begegnungszentrum Sparer Dank und der Sparkasse Bremen für die Möglichkeit der Raumnutzung.

Das Projekt „Der rote Faden für den Ruhestand“ wird im Rahmen des Programms „Stärkung der Teilhabe älterer Menschen – gegen Einsamkeit und soziale Isolation“ durch das Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend und durch die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Weitere Förderer:



Das neue „Digitalcafé“ in Schwachhausen

Mittwoch, den 24. September,

Beginn: 10:00 Uhr, Ende 12:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Gemeindezentrum Unser Lieben Frauen

H.-H.-Meier-Allee 40a

Das Digitalcafé bietet eine lockere Gelegenheit zum Austausch rund um digitale Fragen und Probleme im Alltag.

Sie haben Fragen zu den Themen „Smartphone“ und „Internet“?

Wir tauschen uns aus und versuchen, Ihnen erste Antworten zu geben. Ebenso sollen praktische Tipps und Tricks besprochen werden.

Veranstalter sind:

Die Seniorenvertretung Bremen - Arbeitsgruppe Schwachhausen
und die Kirchengemeinde Unser Lieber Frauen in
Zusammenarbeit mit der AWO Bremen

Die Teilnahme ist kostenlos

Anmeldungen bitte an

Ingeborg Mehser : Ingeborg.Mehser@web.de

Helmut Erbel : helmut.erbel@gmx.de

telefonisch mobil 015156610317