

Seniorenbüro

für den Altkreis Lübbecke im Bürgerhaus Espelkamp

Seniorenbüro

für den Altkreis Lübbecke im Bürgerhaus Espelkamp

Seniorenbüro

für den Altkreis Lübbecke im Bürgerhaus Espelkamp



Das Seniorenbüro ist ...

... Anlaufstelle für Menschen, die aktiv sein bzw. bleiben wollen.

... vielfältig aufgestellt. Es bietet Gelegenheit der Teilhabe und des eigenen Engagements.

... mit anderen Einrichtungen und Institutionen im Altkreis vernetzt.

Sie möchten sich freiwillig engagieren und einbringen?

Melden Sie sich einfach bei uns!



Mitglied der Bundesarbeitsgemeinschaft
Seniorenbüros e.V. (BaS)

Kontakt

Wilhelm-Kern-Platz 14 (im Bürgerhaus)
32339 Espelkamp

Telefon: 05772 99539

E-Mail: seniorenbuero@ludwig-steil-hof.de

www.ludwig-steil-hof.de

Gefördert durch den Förderverein
des Seniorenbüros im Altkreis Lübbecke e.V.

Fragen Sie uns. Wir helfen Ihnen gerne weiter:



Iris Eikmeier



Katrin Kischkel

Träger: **LudwigSteilHof** 



Einfach mal anrufen:
Telefon 05772 99539

**Aktiv sein und
gebraucht werden.**



Aktiv sein und gebraucht werden

- » **Sie sind 50 Jahre und älter**
– oder auch jünger?
- » Suchen Sie **neue Aktivitäten** und **sinnvolle Aufgaben**?
- » Wollen Sie Ihre Lebens- und Berufserfahrung einbringen, **Menschen kennenlernen**, mit anderen ein Hobby ausüben, sich ehrenamtlich einbringen?

Kommen Sie ins Seniorenbüro

Das Seniorenbüro berät Sie, unterstützt Sie, sucht Gleichgesinnte und die gewünschten Tätigkeitsmöglichkeiten.

Es bietet Begleitung, evtl. auch Fortbildung an.

Gemeinsam aktiv sein

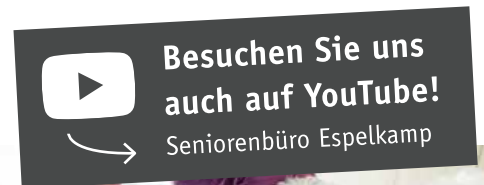
- » „Schritt für Schritt“ – begleitete Rundgänge
- » „Radeln – aber nicht allein“
- » „Sonntagsrunde unterwegs“ – die nähere Umgebung besser kennenlernen
- » Gemeinsam verreisen

Die Gemeinschaft pflegen

- » Kartenspiel-Treff
- » Erzählfrühstück
- » Kinonachmittage
- » Gemeinsam ins Theater
- » Gemeinsam stricken

Gemeinsam kreativ sein – miteinander lernen

- » „Espelsänger“
- » „Neue Medien“ – PC-, Internet- und Handy-Kurse für Senior*innen
- » Ahnenforschung
- » „Alte Hasen, neue Regeln“
- » Verkehrssicherheitstraining
- » Gedächtnistraining
- » Erste-Hilfe-Kurse für Senior*innen
- » Englischkurse für Senior*innen



„Das Seniorenbüro ist ein fester Bestandteil des öffentlichen Lebens in und um Espelkamp. Kontakte entstehen in Projekten, Gruppen und Einzelgesprächen.“ Iris Eikmeier