

## **When I'm 64 - Veranstaltungsreihe für Junggebliebene im Quartiersnetz Laurensberg**

**Mobil und sicher unterwegs mit dem Rollator.** Aseag Rollatortraining am Bus und auf dem Rollatorparcours von BB Medica auf dem Gelände des Seniorenzentrums St. Raphael, Strüverweg 3A. Entspannen bei Kaffee und Kuchen! Termin: 9.9.24 15.30-17:00h, kostenfrei

**Ein schöner Tag: Land(er)leben in der Soers:** Kälber, Kutschfahrt Kulinarik. Hofführung Bonnies Hof, Planwagenfahrt zur Kuhwiese mit anschließender Verköstigung. Termin: 17. 09.2024, 10-14h, Strüverweg 72, **mit Anmeldung.** Verköstigungspauschale incl. Getränke: 13 Euro

**Fit an Smartphone und Tablet.** Die Medienscouts des Anne-Frank-Gymnasiums unterstützen Senior\*innen bei Fragen zum Umgang mit Smartphone und Tablet. Termin: 08.10.2024, 15:00 – 16:30h. Im Seniorenzentrum St. Raphael, Strüverweg 3A, (Cafeteria). **Mit Anmeldung, kostenfrei**

**Seniorenprävention – „Sicher im Alter unterwegs“** (Betrugsmaschen in der digitalen Welt, Betrugsdelikte am Telefon, wie kann ich mich unterwegs vor übergriffigem Verhalten schützen? Im Gemeindezentrum St. Andreas, Weberhof 1. Referent: Norbert Jansen (Kriminalkommissariat Prävention und Opferschutz, Polizei Aachen) Termin: 21.10.2024 15:30-17:00 kostenfrei

**Film, Impulsvortrag und Austausch mit Dipl. Theologin und Fachreferentin Dorothee Boss: Wege aus Einsamkeit und sozialer Isolation 60+** am 25.11. im Gemeindezentrum St. Andreas, Weberhof 1, 18.00-20:00h, kostenfrei

Zur Veranstaltung:

Einsamkeit kennt (eigentlich) kein Alter. Es kann jeden Menschen treffen. Doch mit zunehmenden Alter wandeln und verlieren sich vertraute Bindungen und Netzwerke durch Trennung, Krankheit und Tod. Es fehlen nahe Bindungen zu vertrauten Menschen oder es mangelt an einer ausreichenden Zahl an sozialen Kontakten. In manchen Fällen geraten Menschen in soziale Isolation.

Einsamkeit kann zunehmen, bleiben und belasten. Da kann es guttun, näher zusammenzurücken und sich zum Tabuthema Einsamkeit auszutauschen. Denn Einsamkeit ist kein Schicksal. Es gibt viele alltagstaugliche Wege, um aus Einsamkeit und sozialer Isolation (wieder) in erfüllende soziale Beziehungen und Bindungen zu finden.

### **Dozentenprofil Dorothee Boss**

Dorothee Boss, Jg. 1961, Studium der katholischen Theologie, Philosophie und Romanistik an der Universität Bonn, Weiterbildendes Studium Mediation an der Fernuniversität Hagen.

Langjährige Tätigkeit als Pastoralreferentin im Bistum Aachen und Mitarbeiterin in Sozial- und Marktforschung. Seit 2004 Tätigkeit als freie Autorin, Lektorin, Coaching. Bücher und Aufsätze zu Themen aus Religion, Kirche und Lebenshilfe.

Seit Publikation „Alleinsein – Impulse für das Ich“ (2017) Dozentin zahlreicher Veranstaltungen zu „Wegen aus der Einsamkeit“.

**Kontakt/Anmeldung:**

Margit Umbach

Quartiersmanagerin



Haus St. Raphael

Strüverweg 3 a

52070 Aachen

Tel.: + 49 (0) 241-18282-56

Handy: + 49 (0) 151 52513614

[margit.umbach@deutscher-orden.de](mailto:margit.umbach@deutscher-orden.de)

[www.altenheime-aachen.de](http://www.altenheime-aachen.de)