

Ruhestandskompass Marzahn-Hellersdorf: Orientierung im Ruhestand

In der Broschüre „Ruhestandskompass Marzahn-Hellersdorf“ werden Möglichkeiten des Engagements und Angebote zur Unterstützung für die Zeit nach dem Erwerbsleben dargestellt. Diese beinhalten Ideen für ehrenamtliches Engagement, Angebote für geistige und körperliche Fitness sowie verschiedene Anregungen und Möglichkeiten in den Kiezen. Die Broschüre wird im Juni 2024 mit einem Informationsschreiben des Bezirksamtes an alle 65-jährigen Marzahn-Hellersdorfer Bürgerinnen und Bürger versendet und ist auch in Stadtteilzentren, Bibliotheken und im SeniorenServiceBüro erhältlich. Zusätzlich werden Informationsveranstaltungen in den Stadtteilzentren angeboten, um Begegnung und Austausch zu ermöglichen. Das Projekt „Aktiv in den Ruhestand“ zielt darauf ab, Impulse für ein aktives Leben im Alter zu geben …



In der Broschüre „Ruhestandskompass Marzahn-Hellersdorf“ werden Möglichkeiten des Engagements und Angebote zur Unterstützung für die Zeit nach dem Erwerbsleben dargestellt. Diese beinhalten Ideen für ehrenamtliches Engagement, Angebote für geistige und körperliche Fitness sowie verschiedene Anregungen und Möglichkeiten in den Kiezen. Die Broschüre wird im Juni 2024 mit einem Informationsschreiben des Bezirksamtes an alle 65-jährigen Marzahn-Hellersdorfer Bürgerinnen und Bürger versendet und ist auch in Stadtteilzentren, Bibliotheken und im SeniorenServiceBüro erhältlich. Zusätzlich werden Informationsveranstaltungen in den Stadtteilzentren angeboten, um Begegnung und Austausch zu ermöglichen.

Das Projekt „Aktiv in den Ruhestand“ zielt darauf ab, Impulse für ein aktives Leben im Alter zu geben und die Gesundheitskompetenz zu stärken, um ein selbstbestimmtes Leben im Alter zu unterstützen. Die Umsetzung des Projekts wird durch die Projektförderung des Verbands der Ersatzkassen (vdek) Landesvertretung Berlin/Brandenburg ermöglicht. Sozialstadträtin Juliane Witt betont die Bedeutung des Projekts, um Menschen in Marzahn-Hellersdorf für Vereine und ehrenamtliches Engagement zu gewinnen.

Die Leiterin der vdek-Landesvertretung Berlin/Brandenburg, Rebecca Zeljar, hebt hervor, dass der Ruhestandskompass eine wertvolle Orientierungshilfe für eine gesundheitsbewusste Lebensgestaltung im Ruhestand bietet. Die Broschüre soll nicht nur die Gesundheitskompetenzen stärken, sondern auch gesellschaftliche Teilhabe mit einem gesundheitsförderlichen Lebensstil verbinden. Der vdek ist überzeugt, dass das Projekt einen wichtigen Beitrag zur aktiven und gesunden Lebensführung der Ruheständlerinnen und Ruheständler in Marzahn-Hellersdorf leisten kann.

Insgesamt soll der „Ruhestandskompass Marzahn-Hellersdorf“

dazu beitragen, die Übergangsphase aus dem Erwerbsleben in den Ruhestand zu gestalten und Möglichkeiten für sinnvolles Engagement und gesunde Lebensführung im Alter aufzuzeigen.

Kontakt:

Bezirksamt Marzahn-Hellersdorf

Kerstin Moncorps, Tel.: (030) 90293-4437, E-Mail

Verband der Ersatzkassen (vdek), Landesvertretung

Berlin/Brandenburg

Ulrike Geitz, Pressesprecherin, Tel.: (030) 25 37 74 18, E-Mail

Tabelle:

| Projektname | Aktiv in den Ruhestand |

| Projektförderer | Verband der Ersatzkassen (vdek)

Landesvertretung Berlin/Brandenburg |

| Ziel | Gesundheitskompetenz stärken, aktives Leben im Alter fördern |

| Zielgruppe | 65-jährige Marzahn-Hellersdorfer Bürgerinnen und Bürger |

| Verfügbarkeit | Juni 2024, in Stadtteilzentren, Bibliotheken, SeniorenServiceBüro |

| Begleitende Maßnahmen | Informationsveranstaltungen in Stadtteilzentren |

| Ansprechpartner | Kerstin Moncorps (Bezirksamt), Ulrike Geitz (vdek) |

Quelle: **www.berlin.de**

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de