



Vom Erwerbsleben in den Ruhestand



**ECHTE
MÄNNER
REDEN.**



Vom Erwerbsleben in den Ruhestand

Eine neue Lebensphase bringt Veränderungen mit sich, auf die Männer mehr oder weniger vorbereitet sind. Wir möchten Männer einladen, sich aktiv mit dem Übergang vom Erwerbsleben in den Ruhestand zu beschäftigen. Dies kann in der Einzelberatung oder in einer Gruppe mit Gleichgesinnten geschehen.

Themen können beispielsweise sein:

- Mit der Erwerbstätigkeit abschließen, Abschied nehmen
- Lebensplanung für die Zeit nach der Erwerbstätigkeit
- Partnerschaft leben, Großvater sein, Familienleben
- Gesund leben und gesund bleiben im Alter
- Krisen bewältigen und Hilfe finden
- Sinnhafte Tätigkeiten, Freiwilligendienste oder Ehrenamt
- Lebensformen und Wohnen im Alter

Sie möchten eine Beratung oder interessieren sich für unser Gruppenangebot? Rufen Sie uns an oder senden uns eine E-Mail, damit wir einen Gesprächstermin vereinbaren können.



**ECHTE
MÄNNER
REDEN.**



Männer- und Väterberatung

Johannisstraße 24, 49074 Osnabrück

www.skm-osnabrueck.de/maennerberatung

Werner Oenning

0541 20511397 oder 0151 43122389

w.oenning@skm-osnabrueck.de