

**IN KOOPERATION
MIT:**



**Regionalbüros
Alter, Pflege und Demenz**

Eine gemeinsame Initiative zur Strukturentwicklung der Landesregierung und der Träger der Pflegeversicherung NRW



GOTT UND DIE WELT

**Katholische Erwachsenen-
und Familienbildung
Südwestfalen**



Lennestadt
Der Schatz im Sauerland



**Caritas Zentrum
Lennestadt**



GOTT UND DIE WELT

**bildung
ist zukunft**
Stiftung



GFO Kliniken Südwestfalen
franziskanisch · offen · zugewandt



POLIZEI
Nordrhein-Westfalen
Kreis Olpe



Ehrenamt
in Lennestadt

ANMELDUNG

Für die Auftaktveranstaltung und die Kurse melden Sie sich über die Internetseite, den QR-Code oder per Telefon an.

Die Teilnahme an den Kursen ist meistens kostenfrei, jedoch kann bei manchen Kursen eine Kursgebühr fällig werden.

KONTAKT

Carmen Brinker
kefb Südwestfalen
Bruchstraße 53
57462 Olpe/Biggesee



Internetseite: www.kefb.de

Tel.: 02761-942200

E-Mail: olpe@kefb.de



Wir kennen alle die Einsamkeit und wir haben gelernt, dass die einzige Lösung dafür Liebe ist und dass Liebe von einer Gemeinschaft kommt.

Dorothy Day



**GEMEINSAM
statt
EINSAM**

Was tun gegen Einsamkeit?

Die Zahl der im höheren Lebensalter von Einsamkeit betroffenen Menschen steigt.

Insbesondere wenn Schicksalschläge, Erkrankungen, Einschränkungen der Mobilität oder (ein) Migrationshintergrund hinzu kommt.

Risikofaktor Einsamkeit: Macht sie uns im Alter krank?

Wir brauchen den Zusammenhalt, die Verbindungen, Austausch und (Bildungs-) Angebote für Menschen vor Ort.
Mehr Wohlbefinden durch soziale Kontakte ...

Auftaktveranstaltung

Eröffnung

Tobias Puspas

Bürgermeister
der Stadt Lennestadt

Vortrag mit Dursan Arslan

Facharzt für Innere Medizin
und Geriatrie

Humorvolles Programm mit
Hettwich vom Himmelsberg

Datum: 07.11.2023, 15.00 Uhr

Ort: Sauerlandhalle Lennestadt

Kursnr. N40LEDA001

Selbstbehauptung für Senioren

Datum: 11.11.2023, 10-15 Uhr

Ort: DRK Haus „Lendel“ Altenhündem
in Kooperation mit dem Kreissportbund
Kursnr. N428LED02

Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Datum: 15.11.2023, 18-19.30 Uhr

Ort: Geistliches Zentrum Kohlhagen
Dozentin: Silke Nitschke
Kursnr. N42KOQV001

Wohnraumberatung

Datum: 20.03.2024, 16.30-18 Uhr

Ort: Ratsaal 1 der Stadt Lennestadt
Dozentin: Claudia Hufnagel (Kreis Olpe)
Kursnr. O40AADA005

Im Alter sicher leben

Datum: 28.11. 2023, 16-17.30 Uhr

Ort: KEFB Olpe, Bruchstr. 53
Kursnr. N40AADA001

Datum: 29.02.2023, 16-17.30 Uhr

Ort: Caritas Zentrum
Lennestadt-Altenhündem
Kursnr. O40AADA002

Dozent: Michael Meinerzhagen
(Kreispolizeibehörde Olpe)

Bestsellerautorin

Katharina Afflerbach

liest aus ihrem Buch “Bergsommer”

Datum: 05.04.2024, 18-20.15 Uhr

Ort: KEFB Olpe, Bruchstr. 53
Kursnr. O40AADA004

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Datum: 13.12.2023, 20.12.2023

17.01.2024, 24.01.2024

jeweils 15-16.30 Uhr

Ort: Ratsaal 3 der Stadt Lennestadt
Dozentin: Karin Hermann
Kursnr. N40AADA002

Gut versorgt zuhause leben

Datum: 25.01.2024, 16.30-18 Uhr

Ort: Ratsaal 1 der Stadt Lennestadt
Dozentin: Claudia Hufnagel (Kreis Olpe)
Kursnr. O40AADA006

Sprachkurs “Dementisch”

Datum: 06.03.2024, 18-20.15 Uhr

Ort: KEFB Olpe, Bruchstr. 53
Dozentin: Claudia Drastik-Schäfer
Kursnr. O40AADA003

Pflegekurs für Nachbarschaftshelfer*innen

Datum: 19.04.2024, 15.30-20.30 Uhr

20.04.2024, 9.30-14.30 Uhr

Ort: DRK Haus „Lendel“ Altenhündem
in Kooperation mit dem
Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz
Kursnr. O40AAQS001