



Älter werden in Münster

Aktiv – selbstbestimmt – miteinander

Donnerstag

■ **18. Mai 2017**

17.00 – 19.00 Uhr

Veranstaltungsort

Paritätisches Zentrum
Dahlweg 112
48153 Münster

Taschengeldbörse Münster – Ein Gewinn für Jung und Alt

Ältere Menschen benötigen bei einfachen, ungefährlichen, haushaltsnahen Tätigkeiten gelegentlich Unterstützung zum kleinen Preis. Jugendliche suchen Möglichkeiten, unkompliziert und ohne dauerhafte Verpflichtung ihr Taschengeld aufzubessern.

Die Taschengeldbörse Münster, in Trägerschaft der Stiftung Magdalenenhospital, bringt Jung und Alt zusammen. Sie bietet Jugendlichen und Seniorinnen/Senioren eine gemeinsame Plattform und Vermittlungsstelle. Der Vortrag informiert darüber, wie die Taschengeldbörse funktioniert und welche Hilfen in Anspruch genommen werden können.

Referentin

Kirsten Wegener-Bücker (FreiwilligenAgentur Münster, Projektkoordinatorin Initiative „Von Mensch zu Mensch“ und „Taschengeldbörse Münster“)

Pflegegrad statt Pflegestufe: Informationsabend zum Thema Pflegeversicherung

Donnerstag

■ **6. Juli 2017**

17.00 – 19.00 Uhr

Veranstaltungsort

Paritätisches Zentrum
Dahlweg 112
48153 Münster

Die neuen Pflegegrade, der neue Pflegebedürftigkeitsbegriff, die Selbständigkeit stärken, der Betreuungs- und Entlastungsbetrag... – durch die größte Pflegereform seit Einführung der Pflegeversicherung ergeben sich viele Änderungen in der pflegerischen Versorgung für pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige.

An diesem Abend möchte Ihnen der Pflegedienst „die mobilen“, eine Einführung zu den wichtigsten Neuerungen der Pflegeversicherung für die ambulante häusliche Versorgung vermitteln.

Referentin

Heidi Syska (die mobilen – Ambulante Alten- und Behindertenhilfe e. V.)

Gemeinschaftliche Wohnformen – ein Überblick

Donnerstag

■ **5. Oktober 2017**

17.00 – 19.00 Uhr

Veranstaltungsort

Paritätisches Zentrum

Dahlweg 112

48153 Münster

Wohnen in Gemeinschaft mit Gleichgesinnten bietet neue Möglichkeiten für ein Miteinander unter einem Dach. Gemeinsame Aktivitäten und gegenseitige Unterstützung durch enge Nachbarschaft schützen vor Vereinsamung und können eine lange Selbständigkeit im Alter stärken.

Für alle, die sich über diese Wohnalternative informieren oder ein individuelles Wohnprojekt selbst auf den Weg bringen möchten, bietet dieser Vortrag einen ersten Überblick und informiert über städtische Angebote zur Unterstützung.

Als Beispiel aus der Praxis berichten die „Bremer Stadtmusikanten“ aus Wolbeck.

Referentinnen

Kathrin Fennhoff (Stadt Münster, Amt für Wohnungswesen und Quartiersentwicklung)

Gudrun Große Ruse (Bremer Stadtmusikanten – Alternatives Wohnprojekt Münster-Wolbeck)

„Bewegt ÄLTER werden“... denn älter werden wir Alle – jeden Tag!

Donnerstag

■ **16. November 2017**

17.00 – 19.00 Uhr

Veranstaltungsort

Paritätisches Zentrum

Dahlweg 112

48153 Münster

Der Wunsch nach Gesundheit, Mobilität, Autonomie und Geselligkeit gewinnt einen immer größeren Stellenwert im Prozess des Älterwerdens. Bewegungsprogramme sowohl für „junge Alte“, „Ältere“ und „Hochaltrige“ können helfen, den Wunsch nach Gesundheit, Zufriedenheit und Wohlbefinden zu realisieren. Zudem können sie einen Beitrag leisten im Umgang mit Krankheiten und helfen Krankheitsfolgen zu mildern. Die Informations- und Mitmachveranstaltung soll Ihnen Zusammenhänge von körperlicher Aktivität und Gesundheit im Altersgang aufzeigen und Sie animieren, auszuprobieren und kleine Bewegungsprogramme kennenzulernen.

Referentin

Gabi Völker-Honscheid (Projektkoordination Stadtsportbund Münster und Vorstand Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie Münster e. V.)

Veranstaltung „Gesund & aktiv – älter werden in Münster“

Mittwoch ■ 8. November 2017, 14.30 – 17.45 Uhr im Rathaus Münster | Festsaal



ORGANISATORISCHES

Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenlos.
Eine Anmeldung ist erforderlich. Bei Bedarf kann eine FM-Anlage zur Verfügung gestellt werden.

Weitere Informationen unter:

www.selbsthilfe-muenster.de

Besuchen Sie uns auch auf Facebook:

www.facebook.com/selbsthilfe.muenster

KONTAKT

Selbsthilfe-Kontaktstelle Münster
Paritätisches Zentrum
Dahlweg 112 | 48153 Münster
Telefon: 0251 6093 32 30
selbsthilfe-muenster@paritaet-nrw.org

VERANSTALTER

 **DER PARITÄTISCHE**
SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE
Münster