

Das Wichtigste auf einen Blick

Ort und Dauer

16.- 19. März 2027
97688 Bad Kissingen

Unterkunft und Verpflegung

Einzelzimmer mit eigenem Bad im Heiligenhof Bad Kissingen.
Die Zimmer sind nicht rollstuhlgerecht.
Vollverpflegung mit Frühstück, Mittagessen und Abendessen

Begleitung und Programm

Begleitung durch erfahrene Fachkräfte.
Das Programm umfasst Vorträge, Bewegungs- und Kreativangebote sowie gemeinsame Freizeitgestaltung.

Preisgestaltung und Finanzielle Unterstützung

Preis pro Person: 560,00€ alles inklusive
Es entstehen keine Extra-Kosten.
Die Teilnahme soll für alle Interessierten möglich sein. Falls finanzielle Einschränkungen bestehen, sprechen Sie uns bitte an. Wir finden gemeinsam eine Lösung, die Teilnahme zu ermöglichen.



Beratung und Buchung

Melden Sie sich gern für ein unverbindliches Gespräch!

Karin Steininger-Manske & Katrin Jung

 09721 2087 220

Gerontopsychiatrische Vernetzung in der
Region Main-Rhön
Gymnasiumstraße 14, 97421 Schweinfurt



vernetzung-mainrhoen@diakonie-schweinfurt.de



www.vernetzung-mainrhoen.de

Gefördert durch den



Bezirk
Unterfranken

Partner

Diakonie 
Schweinfurt

Finanziell unterstützt durch die Protestantische
Kirchenstiftung Schweinfurt

Mut zum Altern

16. - 19. März 2027



Älter werden? **Viel besser**
als Sie denken.

Stand: Mai 2026

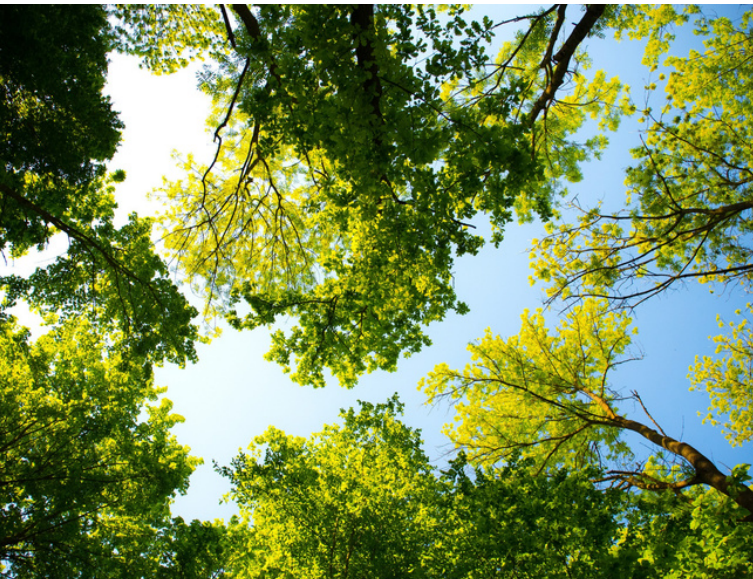
Zwischen Umbruch und Neuanfang

Das Älterwerden bringt viele Veränderungen mit sich: Plötzlich ist so viel Zeit – und doch scheint etwas zu fehlen.

Routinen brechen weg, das Telefon klingelt weniger häufig, und feste Verpflichtungen verschwinden nach und nach. Das kann verunsichern oder manchmal eine Leere entstehen lassen.

Doch genau darin liegt auch eine Chance:

Sie können neu gestalten, was Ihnen Kraft gibt und Freude bereitet – und dabei neue, bereichernde Kontakte knüpfen.



Alter neu erleben – in Gemeinschaft

Diese Gruppenreise richtet sich an alleinstehende Menschen, die das Älterwerden aktiv und selbstbestimmt gestalten möchten.

In Bad Kissingen verbringen Sie vier Tage mit Gleichgesinnten. Hier finden Sie Raum, sich auszutauschen, gemeinsam Mut zu fassen und Kraft für den Alltag zu schöpfen.

Was Teilnehmende besonders schätzen

Viele stellen fest:

„Ich bin nicht allein mit meinen Gedanken.“

Die Mischung aus Wissensvermittlung, Erfahrungsaustausch und Freizeitangebot ermöglicht Ihnen eine neue Sicht auf Ihr Altern.

Gemeinsam mit Fachleuten aus dem Bereich “Seelische Gesundheit im Alter” entwickeln Sie konkrete Ideen für Ihren Alltag.

Nach der Reise haben Sie vielleicht schon die ersten Schritte geplant – für neue Gewohnheiten und mehr Lebensfreude!



Tagesablauf

ab 7:30 Uhr	Frühstück
9:00 - 9:45 Uhr	gemeinsame Gymnastik
9:45 - 12:00 Uhr	Zeit für Wissen & Erfahrungsaustausch
12:00 Uhr	Mittagessen & Ruhezeit
14:00 - 18:00 Uhr	Bewegungs- und Kreativangebot
ab 18:00 Uhr	Abendessen
18:45 Uhr	Kulturelles Angebot

**Interesse geweckt?
Rufen Sie gerne bei uns
an!**