



## Sprechtage:

**Dienstag**

14:00 - 16:00 Uhr

sowie nach Vereinbarung

## Kontakt:

**BeLK e.V.**

(Bürgerschaftlich engagiert im Landkreis)

Wenzelsstraße 4

06618 Naumburg

☎ 0176 568 344 25

@ info@seniorennaumburg.de

🌐 www.seniorennaumburg.de



# Engagiert aus der Einsamkeit!



„Ü60 aktiv! – Engagiert aus der Einsamkeit“ wird gefördert aus Mitteln der Deutsche Fernsehlotterie



## Die Idee

Einsamkeit kann jeden treffen. Ob durch Verlust des Partners, einen schrumpfenden Freundeskreis, fehlendes Geld für Aktivitäten oder gesundheitliche Probleme – schnell können vor allem ältere Menschen in die Einsamkeit abrutschen.

Mit dem Projekt „Ü60 aktiv! - Engagiert aus der Einsamkeit“ möchte der BeLK e.V. älteren Menschen Wege aus der Isolation in ein selbstbestimmtes, soziales und gesellschaftliches Leben aufzeigen. Das Modellprojekt wird in der Stadt Naumburg und in den Ortsteilen umgesetzt. Mit einem mobilen Beratungsservice vor Ort und digitalen Austauschformaten sollen möglichst viele Betroffene Zugang zu einer aktiven Teilhabe erhalten. Der BeLK e.V. arbeitet mit Vereinen, Initiativen und Einrichtungen zusammen, um vorhandene Angebote zu bündeln und zu vermitteln. In Netzwerken und mit Kooperationspartnern findet ein regelmäßiger Austausch statt, um neue Zugangsmöglichkeiten für Betroffene zu erschließen und eine Teilnahme an gemeinschaftlichen Aktivitäten anzubieten.



## Das Angebot

### Beratung und Vermittlung

- zu vorhandenen Hilfsangeboten
- zu spezifischen Kursen und Veranstaltungen
- von Hilfen wie fachspezifischen Beratungsterminen oder Beratungsstellen

### Hilfe

- beim Ausfüllen von Unterlagen und Anträgen

### Durchführung

- von Einzel- und Gruppengesprächen
- von Schulungen, Infoveranstaltungen mit Experten (z.B. Wohngeld)
- Mitmach-Angeboten
- Unterstützung bei der Gründung oder Vermittlung von Selbsthilfegruppen

### Gesundheitsangebote

- Informationsveranstaltungen mit Experten (z.B. zu Schlafstörungen, gesunder Ernährung)
- Bewegungsangebote (Wandern, Tanzen, Radfahren)

### Digitaler Service

- Teilnahme an Chatgruppen
- Angebot an Schulungen (z.B. Umgang mit dem Smartphone)

### Ehrenamt

- Vermittlung von Einsatzstellen
- Suche nach Nachbarschaftshelfern
- Suche nach Beratern vor Ort im Wohnumfeld