

# Endlich in Rente! Und was nun?

## Neuruheständlertreff im Bürgerhaus für neue Perspektiven im Alter

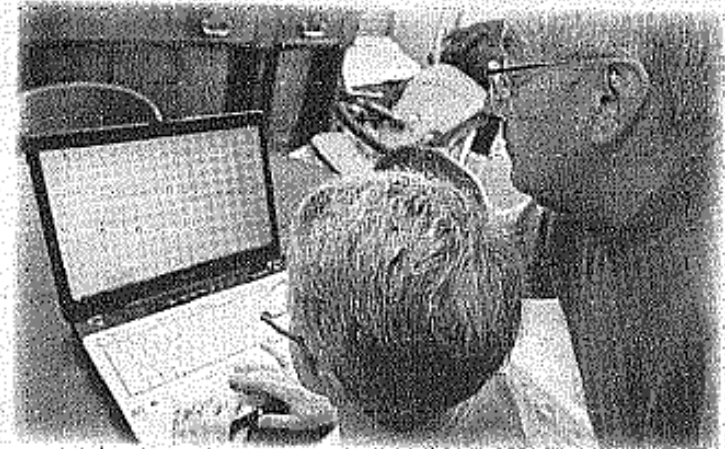
**Ingolstadt (tip)** Auf einmal ist er da: der langersehnte und wohlverdiente Ruhestand. Wusste man gestern noch nicht, wohin vor lauter Arbeit und kannte man keine freie Minute, war ständig auf Achse und im Stress, finden sich viele mit der neuen „Ruhe“ und dem „Nichtstun“ gar nicht zurecht. Der Ruhestand umfasst inzwischen häufig rund ein Viertel der Lebenszeit, denn aufgrund der demografischen Entwicklung werden die Menschen immer älter. Menschen, die ihre Berufstätigkeit oder Familienarbeit beendet haben und vor sich eine neue Lebensphase sehen, suchen Anregungen und Orientierung. Viele Ältere möchten deshalb etwas Neues im Alter beginnen und sich Herausforderungen stel-

len. Mit neuen Angeboten für Menschen, die sich in dieser Umbruchsphase befinden und sich aktiv betätigen möchten, erweitert das Bürgerhaus 2011 sein Programm um einen „Neuruheständler-Treff“ und um Internetpatenschaften.

Ein Treff für Neu-ruheständler richtet sich an alle, die neue Menschen kennenlernen möchten, Anregungen für gemeinsame Aktivitäten suchen oder die sich geistig und körperlich fit halten möchten. Doch dabei stehen gemeinsame Ausflüge in den Bereichen Kultur und Bildung nicht an vorderster Stelle, sondern die Information und vor allem das persönliche Gespräch. Nicht zuletzt sollen auch Möglichkeiten aufgezeigt und erschlossen werden, das langjährige Erfahrungswis-

sen aus Beruf und Familie sinnvoll für die Gemeinschaft einzusetzen, so dass ein pensionierter IT-Spezialist einem pensionierten Koch beispielsweise zeigen kann, wie er sich seine eigene Homepage baut und im Gegenzug Tipps und Tricks in der Küche erhält. Eine Vielzahl an Vorschlägen für Aktivitäten wurde bereits entwickelt wie zum Beispiel gemeinsame Wanderungen, Radtouren, Museums- und Theaterbesuche oder mögliche Aufgaben im Bereich des bürgerschaftlichen Engagements.

Die Treffen sind zunächst im vierwöchigen Abstand vorgesehen. An einer Vorbereitungsgruppe haben bereits im November 30 Interessierte mitgewirkt. Damit war diese erste Versammlung zu diesem Projekt von den In-



**Ein weiterer Schwerpunkt im Bürgerhaus soll der Themenbereich „Senioren und Computer“ sein.**

**Foto: colourbox.com**

golstädtern so gut besucht, dass kurzfristig sogar ein größerer Raum belegt werden musste. Ab 7. Februar findet der Treff regelmäßig jeden ersten Montag im Monat von 15 bis 17 Uhr in der Bürgerhausgaststätte Diagonal

statt. Interessierte sind herzlich eingeladen.

Nähere Informationen zum Modellprojekt und zu den neuen Angeboten erhalten Sie im Bürgerhaus bei Wiltrud Nosse, Telefon 0841/305-2830.