Ablauf – Für alles ist gesorgt

Unterbringung, Vollverpflegung, Ausflüge, Vorträge und sonstige Programmpunkte sind im Preis enthalten. Völlige Barrierefreiheit kann nicht gewährleistet werden.

Besonderheiten des Aufenthaltes

Erleben Sie naturnahe, erholsame Tage in der Bayerischen Rhön und der Welterbe-Stadt Bad Kissingen.

Kosten: 560,– €

Die Kosten beinhalten Unterkunft (3 Übernachtungen, Vollpension) und Programm. Mehr Informationen hierzu erfahren Sie gerne im persönlichen Gespräch.

Internet:
www.vernetzung-mainrhoen.de

Foto: © DUHIS Guillaume – stock.adobe.com

Foto: © Heiligenhof

VERANSTALTUNGSORT

Sie verbringen Ihre Auszeit
im Heiligenhof
Alte Euerdorfer Straße 1
97688 Bad Kissingen
www.heiligenhof.de

ANMELDUNG UND BERATUNG

Wir bieten eine telefonische oder persönliche Beratung

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

Stand: Juni 2025

Mut zum Altern

16. – 19. März 2026
in der Bayerischen Rhön

GERONTOPSYCHIATRISCHE VERNETZUNG in der Region Main-Rhön

Ein Angebot für:

» allein lebende Ältere
» Ältere, die jemanden verloren haben
» Menschen, die in Rente sind

Herausforderung Alter – Sie sind nicht alleine

Viele Menschen erleben in ihrer dritten Lebensphase, dass soziale Kontakte weniger werden und körperliche Fähigkeiten sich verändern. Mit dieser Situation umzugehen und die Zuversicht nicht zu verlieren, fällt nicht immer leicht.

Gemeinschaft – Alter neu erleben

Durch den Austausch in der Gruppe erfahren Sie Möglichkeiten des Umgangs mit der aktuellen Lebenssituation. Ausgewählte Vorträge geben zusätzlich Gedankenanstöße. Zudem kommt die Freizeitgestaltung nicht zu kurz.

Unsere Idee – Unser Programmvorschlag

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Ab 7.30 Uhr		Frühstück	Frühstück	Frühstück
9.00 – 9.45 Uhr		Gymnastik	Gymnastik	Gymnastik
9.45 – 12.00 Uhr	Ab 10.00 Uhr Begrüßung der Teilnehmer	Biografie – Herausforderungen und deren Bewältigung	Vortrag und anschließender Austausch in der Guppe	Zeit für Erholung
12.00 – 14.00 Uhr	Gemeinsames Mittagessen und Mittagsruhe	Mittagessen und Mittagsruhe	Mittagessen und Mittagsruhe	Mittagessen und Verabschiedung
14.00 – 18.00 Uhr	Kennenlernen von Gebäude und Umgebung, Erinnerungscafé, Kennenlernen der Teilnehmer	Ausflug	Spaziergang und Gesprächsangebot, Kreatives Angebot	
Ab 18.00 Uhr	Abendessen	Abendessen	Abendessen	
18.45 Uhr	Kulturelles Angebot	Wellness	Geselliges Beisammensein	