

Älterwerden

Gut Älterwerden, aber wie?



Die Lots*innen informieren,
beraten und organisieren,
wie Sie

- den Alltag gut bewältigen
- Unterstützung bekommen
- gesund bleiben
- Kontakte herstellen



Nächste Schritte bringen wir
gemeinsam auf den Weg.

KOSTENFREI



Sprechstunde:

Kultorhaus im Eichthalpark
Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat
Von 10 bis 12 Uhr
(vorherige Anmeldung empfohlen)

Nächste Schritte bringen wir gemeinsam
auf den Weg.



**BERATUNG AUCH AUF
TÜRKISCH, SPANISCH,
ITALIENISCH UND ENGLISCH**



Für Menschen ab 65 und deren Nahestehende in den
Bezirken Bergedorf, Eimsbüttel, Hamburg-Nord und
Wandsbek. Kostenlos, individuell, unabhängig.



**Nach Neujahr gleich durchstarten:
Donnerstag, 8. Januar 2026, 10-12 Uhr**