

## Kontakt



Straßenbahn Nr. 10 Richtung Ahlem, Haltestelle Freizeitheim Linden

### Beratungs- und Begegnungsstelle Lindenbaum

Ungerstraße 4 | 30451 Hannover

E-Mail: [lindenbaum@caritas-hannover.de](mailto:lindenbaum@caritas-hannover.de)

Rufen Sie an unter: **0511 12600-27020**, um einen Gesprächstermin auszumachen!

*„Dass wir älter werden, darauf haben wir keinen Einfluss. Aber wie wir älter werden, das liegt auch in unserer Hand.“*

- Ursula Lehr -

 [facebook.com/CaritasHannover](https://facebook.com/CaritasHannover)  
 [instagram.com/Caritas\\_Hannover](https://instagram.com/Caritas_Hannover)

[www.caritas-hannover.de](http://www.caritas-hannover.de)

## Dienste für Seniorinnen und Senioren

Beratung und Unterstützung zu allen Fragen des Älterwerdens



Beratungs- und Begegnungsstelle Lindenbaum

Gestaltung: medienzauber.de | Fotos: oneinchpunch - shutterstock.com; flmfoto; shapecharge - istockphoto.com | Stand 09/2024

Gedruckt auf Papier aus nachhaltiger Waldwirtschaft.

Hannover  
**caritas** 

## Haben Sie Fragen?

Wir beraten und begleiten Sie zu allen Fragen rund ums Älterwerden.



- » Wie kann ich Erkrankungen vorbeugen und möglichst lang Zuhause bleiben?
- » Wo bekomme ich Hilfen für den Alltag?
- » Wie und wo beantrage ich finanzielle Unterstützung?
- » Was bezahlt die Pflegeversicherung?
- » Wie kann ich mit psychischen Belastungen und Einsamkeit umgehen
- » Demenzberatung
- » Wie kann ich als pflegende Angehörige Entlastung finden?
- » Wie kann ich meine Freizeit aktiv gestalten?

**Rufen Sie uns gerne an, um einen Termin zu vereinbaren!**

Wir freuen uns auf Ihre Fragen!

Ob Depressionen oder Demenz: Auch bei psychischen Erkrankung im Alter stehen wir Ihnen und Ihrer Familie zur Seite.



In **therapeutischen Kleingruppen** erfahren Betroffene Gemeinschaft, die oftmals verloren gegangen ist.

In **vertrauensvoller Atmosphäre** sprechen wir über die Erkrankung und klären gemeinsam, wie es weitergeht.

Wortspiele, Bewegungstrainings und Ausflüge erhalten die Eigenständigkeit. Das **schaft Entlastung** auch bei den Angehörigen und unterstützt den Verbleib im eigenen Zuhause.

**Ein Fahrdienst für Linden und angrenzende Stadtteile steht zur Verfügung!**

Vertraulich und konfessionsunabhängig