



Älter Werden in der Gemeinde Malente. Das ist die Botschaft, die das Gesicht dieser Broschüre prägt. Das Älterwerden ist kein Wunschtraum mehr, sondern Realität. Durch verbesserte Lebensbedingungen und den Fortschritt in der Medizin werden wir im Durchschnitt älter. Dieses wird auch dadurch erreicht, dass wir bewusster leben und unsere individuelle Lebensweise besser gestalten.

Älter werden in der Gemeinde Malente wollen wir selbstbestimmt und selbstbewusst. Das Schöne am Ruhestand ist, dass man mehr Zeit hat und sich diese selbst einteilen kann. Mit der vorliegenden Broschüre möchten wir wichtige Anschriften und Telefonnummern von Organisationen, Vereinen und Verbänden, die sich besonders der Seniorentätigkeit verschrieben haben, aufzeigen und deren Angebote nennen. Dabei haben wir viel Wert auf Freizeitangebote gelegt, denn wir wollen alle so lange wie möglich aktiv und somit auch gesund bleiben. Wir hoffen, dass aus dem Angebot für jeden etwas dabei ist. Wir wissen, dass ältere Menschen auch darunter leiden, dass die Kontakte zu den Anderen weniger werden. Das muss nicht sein; gehen Sie doch einfach auf eine Gruppe zu, deren Angebot Ihnen gefällt und zusagt. Sie lernen dort bestimmt Gleichgesinnte kennen. Das ist unser besonderes Anliegen und die Broschüre soll Ihnen als Wegweiser dienen.

### **Aus dem Inhalt**

- Grußwort der Gemeinde Malente
- Grußwort des Vorsitzenden des Seniorenbeirates
- Der Seniorenbeirat
- Depression im Alter
- Wichtige Adressen und Telefonnummern
- Tätigkeiten von Vereinen
- Wohnen und Vorsorge im Alter
- Zur Geschichte der Gemeinde Malente

{quickdown:226}