

Eine gemeinsame Veranstaltung von



Evangelischer
Diakonieverein
Sindelfingen e.V.

Leben in Geborgenheit.



Stadt seniorenrat
Sindelfingen e.V.

Wir leben in einer Gesellschaft, die immer älter wird. Viele Menschen sind im letzten Lebensabschnitt mit belastenden Themen konfrontiert, wie z.B. Verlust des Partners, der Partnerin, schwere Krankheit, Einsamkeit oder soziale Isolation durch Einschränkungen der Mobilität, des Sehens, des Hörens oder der geistigen Leistungsfähigkeit.

In diesem Zusammenhang stellt sich zum Teil die Frage nach dem Sinn des Lebens, unter Umständen kommen ernstzunehmende depressive Verstimmungen, lebensmüde Gedanken und das Gefühl, „lebenssatt“ zu sein, auf.

In diesem Vortrag soll nicht nur auf die Herausforderungen im Alter eingegangen, sondern Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie ein sinnerfülltes Leben – auch mit Einschränkungen – gelingen kann. Insbesondere werden auch Mechanismen zur Selbstfürsorge und zum Umgang mit Lebensmüdigkeit vorgestellt.

Hierbei soll nicht nur die Seite der Betroffenen, sondern auch die Seite der Unterstützenden, also Familien und Pflegenden beleuchtet werden und Beachtung finden.

Antwort auf alle Ihre Fragen gibt Ihnen **Nadine Hofmayer** in einem informativen und anschaulichen Vortrag.

**Einladung zum Vortrag und
Austausch
mit Frau Nadine Hofmayer**

**Wenn das Leben zur Last
wird -
Wie ein Umgang mit
nachlassenden Kräften
gelingen kann**

Montag, 20.10.2025 18 Uhr

**Altenpflegeheim Burghalde
des Evangelischen Diakonievereins e.V.
Burghaldenstr. 88
71065 Sindelfingen**

**Montag,
20. Oktober 2025
18 bis 20 Uhr
im Altenpflegeheim Burghalde
des ev. Diakonievereins
Burghaldenstraße 88
71065 Sindelfingen**

**Das Krisentelefon im Landkreis
Böblingen e.V.,**

**der Evangelische Diakonieverein
Sindelfingen e.V.,**

**der Krankenpflegeverein
Sindelfingen e.V.,**

**und
der Stadt seniorenrat Sindelfingen**

**laden zu einer gemeinsamen
Informationsveranstaltung ein**

Programm

Beginn 18.00 Uhr

Grußworte

**Vortrag:
Wenn das Leben zur Last wird -
Wie ein Umgang mit nachlassenden
Kräften gelingen kann**

Pause mit Erfrischungen

**Möglichkeit
zum Austausch,
für Fragen
und zur Diskussion**

Schlusswort

Der Eintritt ist frei



Nadine Hofmayer

ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie mit den Weiterbildungen Palliativmedizin und Suchtmedizin.

Seit 2005 ist sie im Zentrum für Psychiatrie Calw und hat dort ihre Facharztweiterbildung absolviert. Von 2012 bis 2016 war sie oberärztlich in der Klinik für Alterspsychiatrie tätig.

Seit 2017 ist sie in der psychiatrischen Institutsambulanz beschäftigt, die sich seit August 2024 am Gesundheitscampus in Calw befindet.