

Die Gespräche sind neutral,  
vertraulich und kostenfrei.

Foto: Philipp Aissen



**Ihre Ansprechpartnerin:**

Maren Hoge  
Mitarbeiterin der  
Caritas Lübeck

Hasselbreite 8  
23560 Lübeck  
[www.caritas-im-norden.de](http://www.caritas-im-norden.de)



**Telefon: 0451 - 54 69 55 40**

**Rufen Sie uns gerne an.** Bei Abwesenheit hinterlassen Sie bitte eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter – wir rufen zurück.

**Oder schreiben Sie uns eine E-Mail:**

[phb-luebeck@caritas-im-norden.de](mailto:phb-luebeck@caritas-im-norden.de)

**Bestimmen Sie selbst, wie Sie  
im Alter leben möchten.**

Das Modellprojekt „Präventive Hausbesuche in Moising“ der Hansestadt Lübeck, in Kooperation mit der Caritas Lübeck, wird gefördert durch:



Gestaltung: [www.bk-grafikdesign.de](http://www.bk-grafikdesign.de)

IN MEINEM  
**ZUHAUSE**  
ALT WERDEN



Ein Angebot  
**für Menschen ab 65 Jahren**  
in Moising und  
benachbarten Stadtteilen



Hansestadt LÜBECK



**PrimA!**  
Prävention  
im Alter



Maren Hoge von der Caritas Lübeck im Gespräch mit zwei Moislingerinnen.

**Sie möchten** weiterhin selbstbestimmt in Ihrem Zuhause leben ...

**Sie fragen sich**, wie Sie in Ihrer Wohnung oder in Ihrem Haus gut alt werden können ...

**Sie wünschen** sich Erleichterung im Alltag ...

**Sie sorgen sich** um Menschen, die Ihnen nahestehen ...

**Wir hören Ihnen zu und informieren Sie über Angebote, Aktivitäten und Hilfen nach Bedarf.**

## Es gibt viele Wege, um ein gutes Leben im Alter zu führen!

**Um Ihnen das zu ermöglichen, bieten wir für**

- Personen ab 65 Jahre ohne Pflegegrad
- wohnhaft in Moising und benachbarten Stadtteilen

**präventive Besuche an.**

**In einem Gespräch bei Ihnen zuhause, am Telefon oder an einem Ort Ihrer Wahl ...**

**... besprechen wir mit Ihnen**

- Ihre Fragen, Wünsche und persönliche Situation
- Ihre Vorstellungen für die Zukunft

**... überlegen wir gemeinsam mit Ihnen**

- welche gesundheitlichen Vorsorgemöglichkeiten es für Sie gibt
- welche Unterstützung Sie benötigen
- was Ihre Lebenssituation verbessern könnte

**... informieren wir Sie über**

- allgemeine vorbeugende Maßnahmen
- Freizeitangebote und Ehrenamt
- altersgerechte Wohnraumanpassung
- Zugänge zu technisch-digitalen Hilfen