



## Projekt: „Gemeinsam aktiv und gesund im Alltag“

### Das ist ein Angebot für Sie,

- wenn Sie im Bodenseekreis leben,
- wenn Sie schon älter sind und viele Dinge für Sie immer schwerer werden, z. B. das Putzen der Wohnung, der Einkauf, das tägliche Kochen, das Verlassen der Wohnung,
- wenn Sie gerne mit anderen Menschen zusammen sind,
- wenn Sie mehr von einem guten und gesunden Leben erfahren möchten,
- wenn Sie sich mehr bewegen möchten, als Ihnen momentan möglich ist,
- wenn Sie einen netten Menschen kennen lernen möchten. Sie bekommen Hilfe und können diese Person immer wieder treffen.





Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Wir sprechen darüber, was Sie brauchen.

Wenn Sie möchten, besuchen wir Sie auch zu Hause.

Wir suchen einen netten Menschen, der für Sie da ist. Er kümmert sich, zusammen mit Ihnen, um die richtige Hilfe für Sie.

Das tun wir gerne und **kostenfrei** für Sie.



### Ihre Ansprechpartnerin:

Landratsamt Bodenseekreis  
Sozialplanung  
Annette Hermann  
Albrechtstraße 75, Zimmer A 412/413  
88045 Friedrichshafen  
Tel.: 07541 204-5422  
Fax: 07541 204-7422  
[annette.hermann@bodenseekreis.de](mailto:annette.hermann@bodenseekreis.de)