

# VERANSTALTUNG

## Wenn Stille Generationen verbindet

In dieser Impulsveranstaltung soll aufgezeigt werden, wie „Stille“ Brücken zwischen Generationen schlagen kann.

Zugleich werden die Phasen dargelegt in denen wir uns weniger verbunden oder einsam fühlen, unabhängig von Alter, Lebenssituation oder Umfeld.

Der Vortrag lädt dazu ein, diese Phasen als menschliches, generationenübergreifendes Thema zu verstehen. Er soll verständlich und praxisnah zeigen:

- warum solche Phasen entstehen,
- wie sie auf Körper und Psyche wirken,
- und wie wir aktiv wieder mehr Verbindung und innere Stärke aufbauen können.

Es bleibt ausreichend Zeit zum Austausch.

**Referentin:** Frau Cecilia Rahf, BBA

**12. Dezember 2025**  
15:00 - 16:00 Uhr

**Gesundheitszentrum Büsum**

Westerstraße 30, 1. OG  
25761 Büsum

**Die Teilnahme ist kostenfrei**

Bitte anmelden unter:  
[www.gesundheitszentrum-buesum.de](http://www.gesundheitszentrum-buesum.de)

Rückfragen unter 015154259195