



Mein Name ist **Gaby**

Rudbuck und ich bin selber von folgenden Veränderungen betroffen. Durch eine Erkrankung musste ich lernen mit einem Handicap zu leben & bin „Erwerbsunfähig“. Viele meiner Gruppen-Hobbys, sowie einiges mehr, musste ich leider aufgeben. Deshalb wollte ich gerne etwas ändern! Aus diesem Grunde gründete ich Sept. 2011 die **«Steckenpferde»**.

Mit der entstandenen, kleinen Gruppe, gestalten wir gemeinsam neue, passende Hobbys, sowie freuen uns über die gewonnene Lebensqualität, welche wir gerne auch noch Anderen schenken **möchten**. Hierbei unterstützt uns, jetzt ganz liebevoll, die Ev. –luth. Kirchengemeinde. Sie stehen uns gerne mit Rat & Tat zur Seite – Ein großes Danke dafür! –

Es freut sich auf viele, weitere, schöne Stunden mit Euch!

Gaby Rudbuck

**„Hurra,
nicht mehr zur Arbeit?“**



Diese & Andere,
evtl. nicht sichtbare Handicaps,
sind bestimmt kein guter Tausch!



**Was uns dadurch fehlt
oder viel zu wenig ist:**

**Anerkennung ,
Abwechslung
&
Lebensfreude**

Das Ziel:



Spaß & Abwechslung:

Mit neuen Kontakten
Ideen umsetzen, für eine
fröhliche & passende
Freizeitgestaltungen!



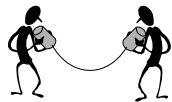
**Wer kann bei uns
«Steckenpferden» mitmachen?**

**Frauen & Männer ,im Alter
von 30 - 65 Jahren
z.B. mit Handicap(s) oder
Erwerbungsunfähigkeitsrentner
& andere Menschen mit ähnlichen,
Terminkalendern, beziehungsweise
Erfahrungen wie z.B.
Langzeitarbeitslose**



Der jetzige Terminkalender?

- Arzttermine,
- Krankenhausaufenthalte
- Rehabilitationen,
- Krankengymnastik,
- Behördengänge,
- Papiere wegschicken,
- MDK Kontrollen,
- usw.....



Die aktuellen Gesprächsthemen?

- Krankheit,
- körperliche Einschränkungen,
- finanzielle Sicherheit.....



Oft das Problem noch dazu !



Sport :

Selten körperlich zu schaffen
oder nicht bezahlbar

Gruppenangebot für Frauen & Männer
zwischen 30 – 65 Jahren

« Steckenpferde »

jeden Dienstag

(außer Feiertage oder vorheriger Absagen)

von 14:00 Uhr bis 15:30 Uhr

**Kosten: Eine kleine Spende wäre schön
- aber keine Pflicht!!!**

Treffpunkt im Saal der :



Ev.-Luth. Kirchengemeinde
Bargteheide



Lindenstraße 2
22941 Bargteheide

Infotelefon: 0 45 32 / 50 25-50

(Aktuelle Informationen über Gemeindeveranstaltungen)

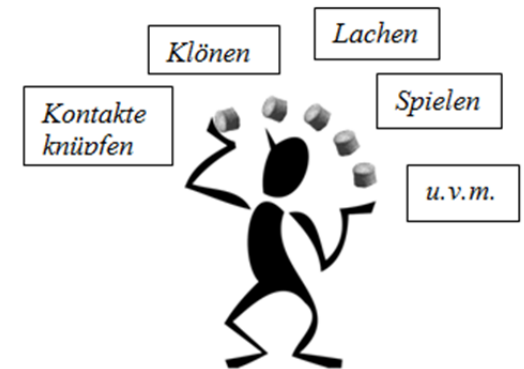
**Eine Anmeldung bei
Gaby Rudßuck 0 45 32 / 36 30
wäre schön, ist aber nicht
dringend notwendig.**

**Wer mag, kann einfach mal
vorbeikommen & unverbindlich
mitmachen.**

Erstellt am : 16.7.2012

Gruppenangebot
für Frauen & Männer
zwischen 30 – 65 Jahren

« Steckenpferde »



Seit Mai 2012 im Saal der



Ev.-Luth. Kirchengemeinde
Bargteheide

Jeden Dienstag

(außer Feiertage oder andere Änderungen)

von 14:00 Uhr

bis 15:30 Uhr