

haus eckstein  
Dekanatsfrauenbeauftragte  
Burgstr. 1-3  
90403 Nürnberg

## Programmplanung

Freitag, 26. Juni 2026, 16 – 18 Uhr  
Ort: eckstein, Raum E.01

16.00 Uhr Impulsvortrag  
16.45 Uhr Pause  
17.00 Uhr Fragen und Anliegen  
18.00 Uhr Verabschiedung

Teilnahmegebühr: 6 €

Bankverbindung:  
Ev.-Luth. Gesamtkirchengemeinde Nürnberg  
IBAN DE43 5206 0410 0005 0038 49  
Kostenstelle: 7700.2400.0057  
Vermerk: Ins Alter ohne Kinder

Kooperation:  
Evangelische Hochschule Nürnberg  
Prof. Dr. Christine Brendebach  
und Studierende  
Dekanatsfrauenbeauftragte

Dekanatsfrauenbeauftragte im evang.-luth.  
Dekanatsbezirk Nürnberg,  
Haus eckstein, Burgstr. 1-3, 90403 Nürnberg  
Tel. 0911 214-1108, Fax 0911 214-1208,  
dekanatsfrauenbeauftragte.nuernberg@elkb.de



Bild: Alexavier Rylee Cimafranca via Pexels

## Self Care

„Ins Alter ohne Kinder“

Freitag, 26. Juni 2026, 16 Uhr  
eckstein, Raum E.01

## Herzliche Einladung

### „Ins Alter ohne Kinder“

Die Gedanken an die eigene Lebenssituation im höheren Lebensalter beschäftigt Viele. Pläne werden geschmiedet, Vorsorge-regelungen getroffen ...

Doch wie sieht dies bei Menschen aus, die dabei nicht auf die direkte Unterstützung von Kindern zurückgreifen können; sei es, weil sie kinderlos geblieben sind oder die eigenen Kinder zu weit weg wohnen, um bei alltäglichen Anforderungen zu helfen?

Welche Herausforderungen stellen sich Menschen, die ohne Kinder ins Alter blicken? Welche Gestaltungsmöglichkeiten gibt es dann? Worauf sollte bei der Vorbereitung auf den Fall von Krankheit oder Pflegebedarf geachtet werden?

Hier sollen Antworten auf diese Fragen gegeben werden. In einem Impulsvortrag werden zunächst die zentralen Befunde und Zahlen zusammengetragen. Danach richtet sich der Fokus auf die konkreten Fragen und Anliegen der Teilnehmenden.

An verschiedenen Themen-Tischen werden diese dann im gegenseitigen Austausch bearbeitet. Themen wie rechtliche Fragen, Vorsorgeregelungen und Vollmachten, alternative Wohnformen und die Gestaltung sozialer Netzwerke werden besonders behandelt.

Am Ende können alle Teilnehmenden eine Mappe mit Informationen, Adressen und Vorlagen zum Weiterdenken mit nach Hause nehmen.

Die Veranstaltung wird von Gerontologin Prof. Dr. Christine Brendebach von der Evangelischen Hochschule Nürnberg geleitet und mit einem Team von Studierenden durchgeführt.

## Anmeldung

„Ins Alter ohne Kinder“

Freitag, 26. Juni 2026, 16-18 Uhr

Anmeldung bis 16.06.2026

Schriftlich per Mail oder Post

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Anschrift \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Mobil-Nr. \_\_\_\_\_

Bitte vollständig ausfüllen - Danke!  
Ihre Daten werden ausschließlich für die organisatorische Planung erhoben.

Ich möchte weiterhin über Aktionen und Veranstaltungen informiert werden:

ja   
nein

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_



Dekanatsfrauenbeauftragte  
im evang.luth. Dekanatsbezirk  
Nürnberg



Dekanatsfrauenbeauftragte  
im evang.luth. Dekanatsbezirk  
Nürnberg



Dekanatsfrauenbeauftragte  
im evang.luth. Dekanatsbezirk  
Nürnberg

