

MEIN RATGEBER

Freunde finden 50+

Als **Simone, 56**, keine passende Facebook-Gruppe für Frauen fand, gründete sie einfach selbst eine

Single-Gruppen, Ü50-Dating-Gruppen und dann noch diese Gruppen mit schlüpfrigen Profilbildern ... Meine Suche nach Facebook-Seiten für Frauen 50+ war geradezu frustrierend! Dabei wollte ich doch nur einen Ort haben, an dem ich mich virtuell mit tollen Frauen meines Alters austauschen kann.

Aber wenn es keine solche Seite gibt ... dann muss ich eben selbst eine erstellen! Dachte ich mir, und damit war die „Best Ager Lounge – Die Gruppe für Prachtweiber Ü50“ geboren.

Bei uns Prachtweibern bekommen Frauen wie wir eine Plattform, auf der wir Alltägliches oder auch Verrücktes teilen können. Wir geben uns gegenseitig Ratschläge gegen Wechseljahresbeschwerden, machen uns Mut bei Herausforderungen

Willkommen im Club der Prachtweiber, Mädels!

im Job und vernetzen uns mit anderen spannenden Mädels.

Inzwischen haben wir mehr als tausend Mitglieder. Und es werden ständig mehr! Ich achte darauf, dass wirklich nur Frauen 50+ in die Gruppe kommen. Sie soll schließlich ein geschützter Rückzugsort sein, an dem wir unter uns sind. Aus der reinen Online-Gruppe sind aber auch schon echte Offline-Freundschaften entstanden. Wir waren zum Beispiel schon mit einer Gruppe von Prachtweibern auf

Mallorca (Foto). In Zukunft wollen wir noch weitere Reisen und Workshops veranstalten. Auch ein Blog (www.best-ager-lounge.com) und ein Podcast sind entstanden. Es ist einfach unglaublich, was man mit so viel geballter Frauenpower alles erreichen kann!



AUF TOUR
Die Online-Freunde (vorn rechts Simone) sind inzwischen auch offline unterwegs



MOMENTE TEILEN
Gemeinsam ist alles schöner: auch Eis essen oder den Ausblick vom Balkon genießen



Früher zog ich mich zurück, heute bin ich aktiv wie nie

Claudia, 52, hat durch Spontacts auf ganzer Linie gewonnen – nicht nur viele Freunde, sie hat dort sogar ihren Verlobten kennengelernt

Das Freizeitnetzwerk Spontacts hat mein Leben verändert. Mein Leben vor Spontacts war zum Teil sehr negativ belastet. Deshalb zog ich mich lieber zurück, mied soziale Kontakte und hatte nur wenige Freunde. Vor zwei Jahren erzählte mir eine Bekannte von Spontacts, und ich habe mich kurzerhand angemeldet. Vermutlich habe ich mich getraut, weil das Internet eine gewisse Anonymität gewährt. Auf der Plattform kann man im Handumdrehen Gleichgesinnte für gemeinsame Freizeitaktivitäten finden. Egal ob Sport, Kultur oder Ausgehen. Großartig finde ich auch, dass man eigene Aktivitäten einstellen und Mitstreiter finden kann. Mein Element ist das Wasser – ich liebe es, mit anderen Menschen Ausflüge auf dem SUP-Board zu machen. Aber auch während des Lockdowns hat das Netzwerk geholfen. Wir haben Bilder von unseren Balkonen, von unserem Ausblick getauscht, uns gegenseitig gestärkt. Und das Beste: Vergangenes Jahr habe ich bei einem Spontacts-Event meinen Verlobten kennengelernt. Ich möchte anderen Frauen Mut machen, vor allem denen, die sich einsam fühlen: Meldet euch an! Ich war noch nie so aktiv.