



Einladung zum Vortrag "Lebenskunst des Alter(n)s"

Das Älterwerden bringt Chancen und Herausforderungen mit sich, die die Persönlichkeitsentwicklung im fortgeschrittenen Alter prägen. Es lohnt sich, wenn man sich darauf einstellt und eine bewusste Haltung dazu entwickelt: eine Art Lebenskunst des Alter(n)s. So können psychische Gesundheit, Sinnfindung und Lebenszufriedenheit im Alter gestärkt werden. Das Referat bietet Impulse zu einer solchen Lebenseinstellung und macht Mut, selbstbewusst zu altern, statt krampfhaft zu versuchen, möglichst lange jung zu bleiben.



Referent: Dr. Heinz Rüegger, freischaffender Theologe, Ethiker und Gerontologe, freier Mitarbeiter im Institut Neumünster (Zollikerberg) und assoziiertes Mitglied des Zentrums für Gerontologie der Universität Zürich

Termin: Montag 8. September 2025

Zeit: 14.00 Uhr

Ort: Bühne der Mehrzweckhalle Abtwil