

© lordn/Adobe Stock

Gewonnene Jahre – Selbstbestimmt und suchtfrei durch den Herbst des Lebens

Jede Lebensphase hat seine unterschiedlichen Qualitäten. Die Zeit nach dem Austritt aus dem Berufsleben bringt viele Vorteile mit sich. Man hat mehr Zeit für sich und seine Familie, man kann sich intensiver seinen Interessen und Neigungen widmen. Andererseits gehen auch Kontakte verloren, ebenso eine gewohnte Tagesstruktur. Verluste sind zu beklagen und gesundheitliche Einschränkungen erschweren den Lebensalltag. Aber das Leben hält auch im fortgeschrittenen Alter viel Erfreuliches bereit, wenn man sich auf die veränderten Bedingungen gut einstellt bzw. bereit ist Gewohnheiten und Lebensstile zu überdenken.

Zielgruppe
→ Senior*innen und nahestehende Person
→ Senior*innenbeauftragte und Senior*innenvertreter*innen aus Vereinen und Gemeinden

Inhalt
→ Was das Alter mit sich bringt: Veränderungen und Herausforderungen beim Älterwerden
→ Sucht und Abhängigkeit im Alter
→ Das macht glücklich und zufrieden

Veranstaltungsort
in Ihrer Gemeinde, geeignete Vortragsräume und Vereinslokale

Dauer
ca. 1,5 Stunden

Dieses Angebot ist kostenlos!

Organisation
Terminvereinbarung auf Anfrage

Ihre Ansprechperson
Mag.ª Sonja Hörmanseder
Institut Suchtprävention, pro mente OÖ
sonja.hoermanseder@praevention.at
+43 732 / 77 89 36 - 15

Institut Suchtprävention, pro mente OÖ, A–4020 Linz, Hirschgasse 44 | ZVR 811735276

Gefördert aus Mitteln des Landes Oberösterreich.