

GEWONNENE JAHRE: Suchtfrei und selbstbestimmt durch den Herbst des Lebens

Jede Lebensphase hat seine unterschiedlichen Qualitäten. Die Zeit nach dem Austritt aus dem Berufsleben bringt viele Vorteile mit sich. Endlich hat man mehr Zeit für sich und seine Familie, man kann sich intensiver seinen Interessen und Neigungen widmen. Andererseits gehen auch Kontakte verloren. Es sind Verluste zu beklagen und gesundheitliche Einschränkungen erschweren den Lebensalltag. Wenn wir uns auf die veränderten Bedingungen gut einstellen und unsere Gewohnheiten und Lebensstile überdenken, hält das Leben auch im fortgeschrittenen Alter viel Erfreuliches für uns bereit.

Zielgruppe:

- Seniorinnen und Senioren und nahestehende Person
- Seniorenbeauftragte und Seniorenvertreter aus Vereinen und Gemeinden

Inhalt:

- Was das Alter mit sich bringt: Veränderungen und Herausforderungen beim Älterwerden
- Sucht und Abhängigkeit im Alter
- Vom Umgang mit Alkohol und Medikamenten
- Was glücklich und zufrieden macht

Veranstaltungsort:

in Ihrer Gemeinde, geeignete Vortragsräume und Vereinslokale

Dauer:

ca. 1,5 Stunden

Dieses Angebot ist kostenlos!

Organisation:

Terminvereinbarung auf Anfrage

Ihr Ansprechpartner:

Mag. Rudolf Gruber
Institut Suchtprävention, pro mente OÖ
E-Mail: rudolf.gruber@praevention.at
Telefon: 0732 / 77 89 36 - 31