

Damit das Alter nicht zur Last wird...

VORTRAG

Meera Drude (Psychotherapeutin ECP)
Andrea Fuchs (AWO Trialog)

Moderation: Jens Woisczyk
(Gesundheitszentrum Göttingen)

...seelische Herausforderungen im Alltag

Dienstag, 09. April 18 Uhr
Holbornsches Haus
Rote Str. 34

Wie will ich alt werden?

Kaum ein Lebensabschnitt ist von derartig unterschiedlichen Vorstellungen geprägt wie das Alter: Best und Golden Ager auf der einen Seite, auf der anderen körperlicher und geistiger Abbau, Einsamkeit und Depression.

Wir laden Sie ein sich mit dieser Lebensphase auseinanderzusetzen. Welche Herausforderungen und Veränderungen gibt es? Was bedeutet Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmung? Und wohin, wenn das alles dann doch zur Last wird?

Wir freuen uns auf Sie und einen Austausch, mit einem Thema, das uns alle betrifft.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Wir freuen uns über eine Voranmeldung

0551-486766

kibis@gesundheitszentrum-goe.de