

VORTRAG

# Älterwerden

Geschenk oder Zumutung?



Mittwoch  
**16. Oktober**  
15.00 Uhr

**Salzburg-Parsch**  
Stadtteilbüro CK 21  
Clemens-Krauss-Straße 21

Freie Teilnahme  
Infos: [salzburg-parsch.at](mailto:salzburg-parsch.at)  
Tel: 0680-4030514

Das Älterwerden hat einen zwiespältigen Ruf. Die einen begrüßen jede entstehende Falte, andere beweinen die Vergänglichkeit ihrer Jugend.

Die einen feiern neue Kraft und Freiheit, andere spüren einfach nur ihre Uhr ticken. In diesem Vortrag gehen wir – mit viel Humor und Lebenslust – dem Älterwerden als eigene Lebensphase und spannendem Prozess nach. Denn: Älterwerden kann gestaltet werden!

## Sonja Schiff MA

Expertin fürs Älterwerden, Gerontologin, dipl. psychiatrische Gesundheits- und Krankenpflegerin, Bloggerin, Buchautorin