

**Mittwochskafi vom 30. April 2025**

**14.30 h im Ref. Kirchenzentrum Untersiggenthal**

**Zum Thema: Altern - aufregend anders**

Mit der Referentin: Carmen Frei, Gerontologin MAS

Der laufend grösser werdende Altersüberhang in unserer Gesellschaft ist ein Novum in der Menschheitsgeschichte und wird durch die Pensionierung der geburtenstarken Boomer-Jahrgänge immer sichtbarer. Das bedeutet beispielsweise, dass künftig Seniorinnen und Senioren in vielen Belangen das Sagen haben. Oder dass die Silversurfers lernen dürfen, wie sie den immer länger werdenden Lebenszeitraum Altern tatkräftig und sinnerfüllt gestalten. Oder dass sich die Sandwichgeneration frühzeitig bewusst werden sollte, was es heisst, sowohl nach unten als auch nach oben gefordert zu sein. Diese tiefgreifende gesellschaftliche Veränderung ist bei allen Herausforderungen vor allen eins: eine grossartige Chance für alle Generationen, die bislang defizitären Altersbilder positiv zu wandeln, das Altern quasi neu zu erfinden. Dazu wollen wir vom Team Mittwochskafi und vom Frauenbund Untersiggenthal beitragen

**Themen werden sein:**

Altern einst und heute - die Veränderungen aufzeigen

Die lange Lebensphase Altern vital und sinnerfüllt gestalten

Fokus Frau im Altern

Fragen / Austauschrunde

**Herzliche Einladung** an alle Interessierten. Im Anschluss an das Referat servieren

wir allen gerne Kaffee und Kuchen!

. 