



© Gesundheitsförderung Schweiz / Peter Tillessen

Einladung zum 6. Kontakt- und Impulstreffen

«**Gesundheit und Lebensqualität im Alter**» für Sozialvorstehende, Seniorenräte, Alterskommissionen, Seniorengruppen und weitere Interessierte

«Zuversicht kennt kein Alter»

Donnerstag, 20. Oktober 2022

**Armee-Ausbildungszentrum Luzern (AAL)
Murmattweg 6
6000 Luzern**

Mit Unterstützung von:

KANTON LUZERN
Gesundheits- und Sozialdepartement
Dienststelle Gesundheit und Sport

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Programm

	Moderation der Veranstaltung	Beat Bühlmann <i>Gerontologe MAS und Journalist</i>
13:30 Uhr	Begrüssung	Michelle Marty <i>Programmleiterin Gesundheit im Alter</i>
		Tamara Estermann <i>Leiterin Gesundheitsförderung</i>
		Marcel Schuler <i>Pro Senectute Kanton Luzern</i>
	«Gesundheit im Alter» Information zum kantonalen Programm	Michelle Marty <i>Programmleiterin Gesundheit im Alter</i>
14:00 Uhr	Fachreferat	
	«Mit zuversichtlicher Skepsis: Über Haltungen zur Zukunft»	Rayk Sprecher <i>freischaffender Philosoph, Fakultäts- manager an der Universität Luzern und gelegentlicher Kabarettist</i>
14:45 Uhr	Niederschwellige Angebote und Kurzvorstellung der Workshops	
15:00 Uhr	Pause	
15:30 Uhr	Diskussion und Austausch in den Workshops	
	«Gemeinsam mit allen Sinnen geniessen»	Esther Jost <i>Leiterin Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE</i>
	«Begegnung – mit Geschichten und Menschen»	Sonia Di Paolo <i>Projektleiterin und Gemeindeganimatorin i.A., Pro Senectute Kanton Luzern</i>
	«Einblick in die Dalcroze Rhythmik»	Diana Wyss <i>diplomierte Rhythmik Lehrerin mit Weiterbildung in Seniorenrhythmik nach Dalcroze</i>
	«Humor & Lachen – Medikamente ohne Nebenwirkungen»	Marcel Schuler <i>Dipl. Sozialarbeiter FH, Hobby-Clown, Mitglied www.humorcare.ch</i>
16:15 Uhr	Schlussrunde im Plenum	
16:40 Uhr	Apéro	
18:00 Uhr	Ende der Veranstaltung	

Wir bitten Sie um Anmeldung bis am 12. Oktober 2022 mit folgendem [Online-Formular](#).
Es gelten die aktuellen Covid19-Massnahmen des BAG.