



Einladung
*Ruhestand für
Anfänger:innen*

Die Gemeinde Lustenau lädt herzlich ein
zur Veranstaltung

Ruhestand für Anfänger:innen

Donnerstag, 18. April 2024

10.00 Uhr bis ca. 16.30 Uhr

Im Schützengarten
Lustenaus Treffpunkt für Soziales und Gesundheit

Sehr geehrte Damen und Herren,

der Übergang von der Berufstätigkeit in die Pension hat es in sich. Zuerst noch voll im Leben – und dann? Wir laden Sie ein auf eine humorvolle und doch ernst gemeinte Entdeckungsreise in das Leben jenseits des 60. Geburtstags.

Was sind die Herausforderungen dieses neuen Lebensabschnittes? Auf welche gesundheitlichen Aspekte sollten Sie achten und wie lässt sich die Freizeit abwechslungsreich gestalten? Warum genügt es nicht „nur“ zu reisen, sich um die Enkelkinder oder den Garten zu kümmern? Welche Bedeutung bekommen Partnerschaft, Lebenssinn und Spiritualität?

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!



Dr. Kurt Fischer
Bürgermeister



Dr. Susanne Ardexlinger
Gemeinderätin

Programm

Ankommen

Wolfgang Verocai

Ein Jahr als Rentner

Dr. Markus Hofer

Partnerschaft und Sexualität

Dr. Markus Hofer

Mittagspause

Körper und Gesundheit

Dr. Andreas Mader

Was macht uns wirklich reich?

Engagement und Wohlbefinden

Dr. Kriemhild Büchel-Kapeller, Büro für
Freiwilliges Engagement und Beteiligung

Podiumsgespräch

Peter Hämmerle, Seniorenbörse Lustenau
Corina Hämmerle, Seniorenhaus Schützengarten
Elke Fitz, Radeln ohne Alter

Lebenssinn und Spiritualität

Probst Martin Werlen

Abschluss und Ausklang

Durch das Programm führt
Conférencier Pantomime Thiemo Dalpra.



Anmeldung und Information

Marktgemeinde Lustenau

T +43 05577 8181 3003

soziales@lustenau.at

Beitrag

45,- Euro, Pausengetränke und
Mittagessen inkludiert.

Begrenzte Teilnehmer:innenzahl

Anmeldeschluss:

21. März 2024