



ALTERN
MIT
ZUKUNFT

AMZ – KURS FÜR BOTSCHAFTERINNEN UND BOTSCHAFTER

5-teiliger, kostenfreier Kurs für
Menschen 60+, die sich für
Gesundes Alter(n) einsetzen
möchten

- Wann:** 5 Termine zu je 3,5 Stunden
Wo: Bei Ihnen in der Gemeinde
Wie: **kostenfrei (Getränke und Jause inkludiert)**

Themen:

- Teil 1:** Selbst bestimmen für meine Gesundheit
Teil 2: Gesundheitsförderung kennt kein Alter. Was mein Umfeld und ich beitragen können.
Teil 3: Engagiert für eine lebenswerte Gemeinde – Ideenwerkstatt
Teil 4: Öffentlichkeitsarbeit leicht gemacht
Teil 5: Mein persönliches „Altern mit Zukunft“ – Rollenklärung und Ausblick

Bei Fragen zu den Inhalten des Kurses melden Sie sich bitte bei:
Frau Silvia Lackner: Telefon: +43 / (0)50 / 2350 – 37932 oder **0664/ 881 65 675**
E-Mail: altern.mit.zukunft@ifgp.at

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!