



# Referate zum Thema Zufriedenheit im Alter

Montag, 13. September 2021, 19.00 Uhr  
im Theatersaal Don Bosco

Im Rahmen  
des Projektes  
demenzfreundliche  
Gemeinde!

## Zufriedenheit hat kein Ablaufdatum – auch im Alter bleibt das Leben bunt

Ein hohes Alter zu erreichen und dabei gesund und vital zu bleiben,  
ist unser aller Wunsch. **Referentin: Dr. Bettina Ugolini**

## Kompetenzzentrum für Gesundheit und Pflege in Beromünster

Integrierte Versorgung und Angebote, wo sich das Leben abspielt.  
**Referenten: Manuela Jost-Schmidiger und Charly Freitag**

## Referat 1: 19.00 – 20.00 Uhr



### **Zufriedenheit hat kein Ablaufdatum – auch im Alter bleibt das Leben bunt**

Referentin: Dr. Bettina Ugolini, Leiterin  
Psychologische Beratungsstelle Leben im Alter  
am Zentrum für Gerontologie Uni Zürich

Ein hohes Alter zu erreichen und dabei gesund und vital zu bleiben, ist unser aller Wunsch. Bleibt es beim Wunsch, oder können wir selbst etwas dazu tun, um auch diese Lebensphase zufrieden zu gestalten? Und wenn ja, wann sollte man damit beginnen? Nicht nur Sport und gesunde Ernährung, sondern zahlreiche psychologische Faktoren bestimmen die Lebensqualität im Alter entscheidend mit. Lassen Sie uns heute etwas für morgen tun.

## Referat 2: 20.15 – 21.00 Uhr



### **Kompetenzzentrum für Gesundheit und Pflege in Beromünster – Integrierte Versorgung und Angebote, wo sich das Leben abspielt**

Referenten: Manuela Jost-Schmidiger, Gemeinderätin und Verwaltungsrätin Bärngmättli und Charly Freitag, Verwaltungsratspräsident Bärngmättli

Pflegebedürftige Menschen würdevoll zu begleiten und ein zeitgemässes Pflege- und Gesundheitsangebot zur Verfügung zu stellen ist Aufgabe der Pflegewohnheim Bärngmättli AG. Dass dies in Zukunft möglich ist, braucht es einen Neubau des Pflegewohnheimes, welcher im Bifang entstehen soll. Gerne informieren wir Sie über die Hintergründe und tauschen uns mit Ihnen über das Projekt aus.

Anschliessend servieren wir Ihnen einen Apéro und freuen uns auf einen interessanten Austausch.

**Die Referate können auch einzeln besucht werden!**

**Anmeldung bis 9. September 2021: 041 932 17 00 | [kontakt@baergmaettli.ch](mailto:kontakt@baergmaettli.ch)**