

Baar/Zug, im November 2018

## Einladung

zur 22. Veranstaltung "Gesund altern in Baar"

**Dienstag, 4. Dezember 2018**

**14.00 – 16.30 Uhr**

**im Gemeindesaal Baar**



### Den Ausgleich finden und die Widerstandskraft stärken

**Patricia von Moos**, lic. phil I, Sozial- und Präventivmedizinerin, gibt viele praktische Tipps im Umgang mit Stress und Belastung in schwierigen Lebenslagen. Sie zeigt, wie die Anpassungsleistung an Veränderungen gelingen kann und wie wir unsere Widerstandskraft stärken können.

**Andreas Weisser** von der Clownschule Ravensburg zeigt an Beispielen mit viel Witz, wie Humor in schwierigen Lebenslagen helfen kann.

Fragen aus dem Publikum sind willkommen. In der Pause offerieren wir Ihnen gerne einen Imbiss. Wir freuen uns, Sie an dieser Veranstaltung begrüßen zu dürfen. Die Teilnahme ist für Sie kostenlos!

Berty Zeiter  
Sozialvorsteherin  
Einwohnergemeinde Baar

Mirjam Gieger  
Projektleiterin GAZ  
Pro Senectute Kanton Zug