

Alt werden für Anfänger*innen – Auf dem Weg in den Lebensabend

Kursnummer 26M131670

Beginn Sonntag, 12.07.2026, 10:00 - 17:00 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS im Komed, Raum 631

Dozent Dr. Barbara Garde

Kursentgelt 61,00 €

Der Lebensabend hat ein schlechtes Image: Altsein ist uncool, Verfall, Krankheit, Einsamkeit und Abhängigkeit schrecken. Dabei hat sich das Leben im Alter in den letzten Jahrzehnten sehr verändert. Was früher als Anfang vom Ende galt, ist heute der Einstieg in eine neue selbstbestimmte und selbstgestaltete Lebensphase. Wir wollen uns in diesem Workshop Zeit nehmen, über unsere Wünsche und Ängste dem Alter gegenüber nachzudenken, andere Lebensmodelle zu erkunden, neue Ziele ins Auge zu fassen und die Veränderungen unseres Selbstbildes unter die Lupe nehmen.

Bitte bringen Sie Ihre Schreibunterlagen mit.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

12.07.2026 10:00 - 17:00 Uhr VHS im Komed, Raum 631

[zur Kursdetail-Seite](#)