



ALTERN
MIT
ZUKUNFT

EINLADUNG AmZ-Austauschrunde

**MONTAG, 03. JUNI 2024
VON 9:30 BIS 13:30 UHR**

**im Haus der Begegnung
der Pfarre
Mürzzuschlag**

(Kirchengasse 1, 8680 Mürzzuschlag)

SOZIAL:stadt
mürzzuschlag

Die AmZ-Austauschrunde wird in Zusammenarbeit mit der Stadtgemeinde Mürzzuschlag veranstaltet und bietet Ihnen einerseits die Möglichkeit, interessante Informationen und Tipps zu erhalten und zum anderen, sich untereinander auszutauschen.

Zur AmZ-Austauschrunde sind ALLE willkommen, die sich für das Thema Gesundes Alter(n) interessieren!

PROGRAMM:

9:30 – 10:00 Uhr	Ankommen bei Kaffee und Kuchen
10:00 – 11:30 Uhr	<u>Vortrag:</u> „Wie gehe ich mit Schmerzen, Erschöpfung und Schlafproblemen um?“ <u>Referentin:</u> Marlene Pretis-Schader, BSc, MSc (Frauengesundheitszentrum Graz)
11:30 – 12:00 Uhr	PAUSE
12:00 – 13:30 Uhr	Informationen zu Altern mit Zukunft und Austausch mit anschließendem gemütlichen Ausklang & Verpflegung

Wir ersuchen Sie um Anmeldung bis 30. Mai 2024 telefonisch oder per Mail:

Tel. 050 2350 / 37 932 oder per Mail altern.mit.zukunft@ifgp.at