



Einladung zur Information:

Das gönne ich mir jetzt!

Wo liegt die Grenze zwischen Genuss und Sucht?

Oft finden gesellige Anlässe statt, bei denen genussvoll ein, zwei Gläser Wein getrunken und zum Abschluss ein Cognac gereicht wird. Alkohol gehört bei Familienfesten, nach einer Wanderung oder am Abend beim Fernsehen einfach dazu.

Mit zunehmendem Alter treten vielfältige körperliche oder psychische Beschwerden auf. Medikamente verschaffen Linderung der Symptome u.a. bei Bluthochdruck, Diabetes oder Schlafstörungen. Manchmal werden die Medikamente über Jahre eingenommen und man hat sich an diese gewöhnt

Die Grenze zwischen Genuss und Sucht z.B. von Alkohol, Medikamenten und anderen Substanzen ist nicht immer klar und eindeutig erkennbar. Das Thema Sucht ist in allen Lebensphasen präsent und verliert auch im Alter nicht an Bedeutung.

Frau Michaela Christ, zuständig für das Ressort Seniorenalter bei Akzent Prävention und Suchttherapie, Luzern, zeigt uns den Weg vom Genuss, über den risikoarmen, weiter zum riskanten Konsum bis hin zur Entwicklung einer Sucht auf.

Die Referentin beantwortet im Anschluss auch gerne Ihre persönlichen Fragen zum Thema.

Referentin Michaela Christ, Soziologin M.A.
Akzent Prävention und Suchttherapie, Luzern

Schwerpunkte Informationen über:

- Körperliche und psychische Substanzwirkung beim Älterwerden
- Welche Medikamente haben Suchtpotenzial?
- Grenzwerte beim Alkoholkonsum – wie viel ist zu viel?
- Verlauf vom Genuss, über risikoarmen zu riskantem Alkoholkonsum bis zur Sucht
- Welche Rolle spielen Lebenssituation und Krisen?
- Herausforderung neue Süchte wie Onlinesucht, Spielsucht
- Wie kann man Suchtproblemen vorbeugen?
- Wie spreche ich Suchtprobleme bei Nahestehenden an?

Datum/Zeit **Dienstag, 13. September 2022, 14.00 Uhr**

Ort **Pfarrheim Egolzwil-Wauwil, Piusweg, 6242 Wauwil**

Anmeldung Eine Anmeldung ist bis spätestens 9. Sept. 2022 erwünscht. Melden Sie sich direkt über unsere Webseite www.seniorenrat-egolzwil-wauwil.ch/veranstaltungen/ oder kontaktieren Sie Uschi Regli via Telefon 041 980 17 47, oder schreiben Sie eine E-Mail an veranstaltungen-seniorenrat@bluewin.ch

Das Angebot richtet sich nicht nur an Seniorinnen und Senioren, sondern an alle interessierten Personen in der Bevölkerung.

Der Seniorenrat freut sich auf zahlreiche Besucherinnen und Besucher des Anlasses und auf die kompetenten Ausführungen der Referentin Michaela Christ.