

# Genuss mit Reife

## Gesund und selbstbestimmt älter werden

Das Älterwerden bringt viele Veränderungen mit sich. Um weiter gesund und unabhängig zu bleiben, gilt es, den Blick auch auf den Umgang mit Genussmitteln wie z. B. Alkohol zu richten.

VIVID – Fachstelle für Suchtprävention bietet im Rahmen einer Gesprächsrunde wichtige Informationen rund um das Thema Alkohol im Alter.

Dabei wird ausreichend Raum für den gemeinsamen Austausch geboten. Fragen wie diese werden diskutiert und beantwortet: Was ist ein gutes Maß? Worauf sollte ich bei gleichzeitiger Einnahme von Medikamenten achten? Was kann ich tun, wenn ich mir Sorgen um jemanden in meinem Umfeld mache?



## Gesprächsrunde für Senior\*innen

- **Ort:** Haus Esther  
Betlehemgasse 6, 8020 Graz, Seminarraum, 3.OG
- **Zeit:** Mittwoch, 6. Juli 2022, 9-12 Uhr
- **Anmeldung:** telefonisch oder per E-Mail bis 1. Juli 2022 bei  
Mag.<sup>a</sup> Martina Derbuch-Samek  
T 0316 / 82 33 00  
E [martina.derbuch-samek@vivid.at](mailto:martina.derbuch-samek@vivid.at)