

# Willkommen zum Informationsanlass

## Drittes Lebensalter – gesundes Rentenalter



"Die Jugend ist die Zeit, die Weisheit zu lernen. Das Alter ist die Zeit, sie auszuüben."

Jean-Jacques Rousseau

## Lernen im Dritten Lebensalter

- Erst das Alter macht den Weg frei für ein selbstbestimmtes Lernen.
- Lernen zielt auf die Selbstentfaltung der Persönlichkeit und die Behauptung der Selbstständigkeit bis ins hohe Alter.
- Lernen im Alter ist das Bewahren und Weiterentwickeln der eigenen Identität und für die Bewältigung neuer Lebenssituationen. (Quelle: <https://slideplayer.org>)

## forum60plus in Stichworten

- 2015-2016 Konzeptentwicklung  
Modell gemäss *collegium60plus*, Bern
- Januar 2017  
Start Pilotprojekt mit sieben Zirkeln unterstützt von *Innovage Oberwallis*
- September 2017 / August 2018
- Informationsveranstaltungen
- **26. März 2018 Vereinsgründung**
- Heute über 130 Mitglieder

## Themenangebote von 2019 / 2020

- **Philosophie, Psychologie, Soziologie**
- **Lebensgestaltung, Fitness, Gesundheit**
- **Fotografie, Spiel**
- **Kunstgeschichte, Theater**
- **Literatur, Schreiben und erzählen**
- **Fremdsprachen: Französisch und Englisch**
- **Geschichte und Zeitgeschichte**
- **Technik im Alltag**

## Zirkelangebote im Vereinsjahr 19/20

- **Philosophie, Psychologie, Soziologie**

Wie «gross» sind grosse Philosophen eigentlich? - Grundwissen zu

Traumata und dem Psychotherapieprozess - Erfolgreich kommunizieren

- **Lebensgestaltung** Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag

Älterwerden - Vertrautes loslassen – Verabschieden

Entfalten und Reifen im Älterwerden - Food Waste – unser Essen ist im

Eimer

## Zirkelangebote im Vereinsjahr 19/20

- **Fitness, Gesundheit** Bagua und Gesundheit - Tanzen: Einführung in lateinamerikanische Tänze und Standardtänze - In Biwegig bliibe – Wandern und Kultur
- **Spiel, Unterhaltung** Gehirntraining durch Schach für Anfänger und Fortgeschrittene
- **Fotografie** Theorie und Praxis; Auf Wanderschaft mit der Kamera
- **Kunstgeschichte und Theater** Prismeller Baumeister des 16./17. Jhd  
Tell lebt – hinter die Kulissen schauen und Tellspielbesuch

## Zirkelangebote im Vereinsjahr 19/20

- **Deutsche Literatur** Bücher lesen und besprechen
- **Schreiben und erzählen** Schreibwerkstatt «Wer schreibt, bleibt»
- **Fremdsprachen** Französisch: aktuelle Themen diskutieren  
Englisch: Fancy a good book? - The challenge of talking
- **Geschichte und Zeitgeschichte** Brennpunkt Naher Osten - Hexen im Oberwallis - Friedhof Glis - Landmauer Gamsen - Unsere Bezirke: Goms
- **Technik im Alltag** Filmen mit Smartphone – Tablets: Tipps und Tricks

# Diverses

**Bemerkungen zu den Fremdsprachen**

**Anmeldungen für die Zirkel**

**Mitglieder und Nichtmitglieder Beiträge**

**Unsere Lokalitäten in Brig-Glis**

- Mediathek: Gruppenraum (Untergeschoss) und Pädok (4. Stock)
- Kloster St. Ursula, Turm
- PH-Brig, Altes Stadthaus
- Zeughaus Kultur, Tanzsaal
- Gemeinschaftshaus St. Ursula
- Restaurant Riverside
- Restaurant du Pont



# Gespräche mit dem Moderatorenteam und dem Webmaster



# Sozialer Austausch mit Apéro

