

C. Juliane Vieregge



VORTRÄGE



## Die vhs-Veranstaltungsreihe »Gut älter werden«

Immer mehr Menschen möchten sich frühzeitig mit der Frage beschäftigen, wie sie im letzten Drittel ihres Lebens gesund bleiben, gesellschaftlich teilhaben und gut leben und wohnen können. Es geht aber auch um Fragen, wie man rechtzeitig für sich und seine Lieben vorsorgt und wie man sich organisiert, um lange selbständig leben zu können.

*Auf Initiative der Altenhilfe der Stadt Konstanz in Kooperation mit dem Konstanzer Seniorenzentrum für Bildung + Kultur, der Chancengleichheitsstelle, dem Amt für Stadtplanung, den Städtischen Bibliotheken Singen, und dem Sozialdienst katholischer Frauen.*

## »Gut älter werden«

### **Was wirklich zählt. Hoffnung in Krisenzeiten.**

C. Juliane Vieregge, Autorin

Mi, 21.01.26, 19:00 Uhr, Singen, Städtische Bibliotheken

Do, 22.01.26, 19:00 Uhr, Konstanz, vhs

### **Gemeinschaftliches Wohnen.**

#### **Konstanzer Wohnprojekte stellen sich vor.**

Di, 24.02.26, 18:00 Uhr, Konstanz,

Seniorenzentrum Bildung + Kultur (SeZe), Obere Laube 38

### **Verliebt, vertraut, verrechnet.**

#### **Erfolgreiche Altersvorsorge für Frauen ab 50.**

Claudia Kneifel, Journalistin und Autorin<sup>01</sup>

Mi, 11.03.26, 19:00 Uhr, Konstanz, vhs, Astoria-Saal

Mi, 12.03.26, 19:00 Uhr, Singen, Städtische Bibliotheken,

August-Ruf-Str. 13

### **Heute schon für morgen sorgen.**

#### **Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Ehegattenvertretungsrecht.**

Birgit Zillich, SKF Betreuungsdienst<sup>02</sup>

Di, 21.04.26, 19:00 Uhr, Konstanz, vhs, Astoria-Saal

### **Entlastungsangebote für pflegende An- und Zugehörige**

Marianne Stumpf, Altenhilfe und Pflegestützpunkt Stadt Konstanz<sup>03</sup>

Do, 21.05.26, 19:00 Uhr, Konstanz, vhs, Astoria-Saal

*Alle Vorträge sind gebührenfrei.*

---

**Kommen Sie mit unseren Expertinnen ins Gespräch!**

#### **Anmeldung bei der vhs:**

07531/59810 • [info@vhs-landkreis-konstanz.de](mailto:info@vhs-landkreis-konstanz.de)

[www.vhs-landkreis-konstanz.de](http://www.vhs-landkreis-konstanz.de)

[www.altenhilfeberatung-konstanz.de](http://www.altenhilfeberatung-konstanz.de)

01



02



03

