

Pressebericht

Konzer Rundschau
vom 26. März 2015

Was Menschen stärkt und gesund erhält

Große Resonanz bei Vortragsveranstaltung
der VHS Konz und Konzer-Doktor-Bürgerstiftung
für Senioren im Kloster Karthaus.

Siehe auch Bericht im Innenteil.



*Frau Prof. Michaela Brohm
während des Vortrages.*

Was Menschen stärkt und gesund erhält

Große Resonanz bei Vortragsveranstaltung für Senioren im Kloster Karthaus

„Wie man sich glücklich macht und steinalt wird“ - Unter diesem Titel hatten die Volkshochschule Konz und die Konzer-Doktor-Bürgerstiftung alle Senioren eingeladen, die gut älter werden wollen.



*Hartmut Schwiering von der Konzer Doktor Bürgerstiftung dankt Frau Prof. Brohm für ihren Vortrag.
Foto: VHS Konz*

Hartmut Schwiering von der Konzer-Doktor-Bürgerstiftung begrüßte neben zahlreichen organisierten Seniorengruppen der Stadt und Verbandsgemeinde Konz auch die grenzüberschreitende luxemburgische Weiterbildungseinrichtung Club Senior aus Wasserbillig. Die Vortragsveranstaltung im Festsaal Kloster Karthaus in Konz stieß auf große Resonanz. 120 Teilnehmer folgten gespannt den Impulsen der Motivationsforscherin Frau Prof. Michaela Brohm von der Trierer Universität, die an diesem Abend die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse darlegte. Statt alle Kräfte im Kampf gegen das Älterwerden zu verpulvern, sei es besser, zu lernen mit dem eigenen Alter und den Herausforderungen umzugehen. Das Leben als Ganzes sei zu bejahen. Wie einige Menschen es schaffen, ihr Wohlbefinden zu steigern, und damit gut älter werden können, liefern neueste Erkenntnisse aus der Forschungsrichtung der Positiven Psychologie. Die Antwort liegt auf der positiven Lebensgestaltung mit der Besinnung auf die Entdeckung der eigenen Fähigkeiten und Lebenserfahrungen: Dankbarkeit, das Erleben von Sinn im Leben, gute Beziehungen, Engagement, Interesse an Kultur, Bildung, Weltgeschehen und vor allem der Hoffnung. Nach dem Vortrag lud die Leiterin der VHS Konz Maria Dumrese die Anwesenden zu einer Fragestunde mit der Referentin ein. Deutlich wurde dabei, wie sich positive Gefühle z.B. auch heilsam auf Blutdruck und Herz auswirken können. Am Ende des Austausches mit Frau Prof. Brohm bedanken sich die Veranstalter Maria Dumrese und Hartmut Schwiering mit Präsenten.