

## Podiumsgespräch

### «Einsamkeit im Alter meistern – so gelingt uns dies selbstbestimmt und als Gesellschaft»

Immer mehr, insbesondere ältere, Menschen sind in unserer stark vereinzelter Gesellschaft von Einsamkeit betroffen. Wie können wir der Vereinsamung im Alter als Gesellschaft entgegenwirken? Wie gelingt es uns, die zweite Lebenshälfte und Übergänge in neue Altersphasen aktiv und selbstbestimmt zu gestalten und dabei auf das eigene Wohl und das Wohl der anderen achten?

Zwei Fachfrauen zeigen Wege auf: Elke Schilling, Gründerin von Silbernetz Deutschland und Buchautorin, ist eine ausgewiesene Expertin und führt aus, wie wir mit mehr Gemeinsamkeit unsere Gesellschaft stärken können. Pasqualina Perrig-Chiello, Entwicklungspsychologin und Buchautorin, verfügt über einen reichen Fundus aus ihrer Lehr- und Forschungstätigkeit an der Universität Bern. Sie fordert uns auf, das eigene Altern bewusst in die Hand zu nehmen und uns von negativen gesellschaftlichen Bildern des Alters zu befreien.



#### Elke Schilling

Vorsitzende des Vereins Silbernetz Deutschland und Buchautorin  
«Die meisten wollen einfach mal reden»

#### Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello

Entwicklungspsychologin, Präsidentin der beiden Vereine Silbernetz Schweiz und connect! sowie Buchautorin «Own your age»

Das Podiumsgespräch wird von malreden durchgeführt und von der Direktion für Bildung, Soziales und Sport BSS der Stadt Bern unterstützt. Durch den Anlass führt Marina Villa.

Profitieren Sie von dieser Gelegenheit zum Austausch und tragen Sie sich den Termin noch heute in Ihrer Agenda ein.

**Wir freuen uns auf Ihr Kommen!**

[www.malreden.ch](http://www.malreden.ch) | [info@malreden.ch](mailto:info@malreden.ch) | Tel. 076 297 25 70



**Ticket kaufen!**

[eventfrog.ch/podiumsgespraech](https://eventfrog.ch/podiumsgespraech)

