



Vortrag: Bildung / Pädagogik / Psychologie

*Pasqualina Perrig-Chiello*

## ***Mach Dir dein Alter zu eigen!***

### ***Stark und selbstbestimmt in der zweiten Lebenshälfte. Wie geht das?***

#### **Zum Thema**

Wovon hängt es ab, ob die zweite Lebenshälfte eine spannende und beglückende Zeit wird oder nicht? In ihrem Referat zeigt die Entwicklungspsychologin Pasqualina Perrig-Chiello auf, was die Herausforderungen der verschiedenen Lebensübergänge von der Lebensmitte bis hin ins hohe Alter sind und was wir tun können, damit sie zu Chancen werden: Charakterstärken weiterentwickeln wie Eigensinn, Neugier, Vertrauen und Veränderungslust. Aber auch Neues lernen, für andere da sein, etwas der Nachwelt hinterlassen. *Own your Age* ist denn auch der Titel ihres neusten Buches: *Mach Dir dein Alter zu eigen*. Gestalte es nach Deinen eigenen Vorstellungen und wachse an den Veränderungen des Lebens.

#### **Zur Dozentin**

Pasqualina Perrig-Chiello ist emeritierte Professorin für Entwicklungspsychologie der Universität Bern. Nach ihrer Emeritierung präsidierte sie die Vereinigung Schweizer Seniorenuniversitäten, leitete die Seniorenuniversität Bern und amtiert heute als Vizepräsidentin derer Stiftung. Ihre Lehr- und Forschungsschwerpunkte fokussieren auf biografische Übergänge und kritische Lebensereignisse, familiäre Generationenbeziehungen, Persönlichkeitsentwicklung, Wohlbefinden, Gesundheit und persönliches Wachstum in der zweiten Lebenshälfte. Ihr Buch «Own your Age. Stark und selbstbestimmt in der zweiten Lebenshälfte» erschien im Frühjahr 2024.

Ort: Universität Luzern, Frohburgstrasse 3, Luzern, Hörsaal 9

**Daten: Dienstag, 16.45 bis 18.00 Uhr  
29. Oktober 2024**

Kosten: 15 CHF für Vereinsmitglieder  
35 CHF für Nichtmitglieder  
Vergünstigter Eintritt mit Vortragsabo 2024

Anmeldung: fakultativ  
jederzeit möglich  
Vortrag Nr.: VO1273  
Online über [www.sen-uni-lu.ch](http://www.sen-uni-lu.ch)

