



«Alleinsein – Albtraum oder Abenteuer?»

Im Laufe des Lebens geraten viele Menschen in Phasen des Alleinseins – sei es durch den Verlust eines geliebten Menschen oder im hohen Alter. Doch Einsamkeit muss kein Schicksal sein. Wie gelingt es, das Alleinsein als Chance zu begreifen?

Verena Steiner, Autorin des Bestsellers «*SOLO – Alleinsein als Chance*», zeigt mit Tiefgang und einer Prise Humor, wie wir neue Wege zu Sinn, Lebensfreude und innerer Verbundenheit finden können – mit uns selbst, mit anderen und mit der Welt um uns herum.

Referentin: Verena Steiner, Dr. phil. II, Autorin und Kursleiterin von Kursen
«Solo, stark und lebensfroh»

Montag, 30. März 2026, 19.00 Uhr
Brugg, Süssbachsaal, Fröhlichstrasse 9

Unsere Veranstaltungen dauern rund 1.5 Stunden und sind für alle Generationen offen. Zum Abschluss laden wir Sie zu einem gemütlichen Apéro ein – die perfekte Gelegenheit für Austausch und Begegnung. Die Teilnahme ist kostenlos.

Damit wir besser planen können, freuen wir uns über Ihre Anmeldung (Telefon 062 837 50 70 oder www.ag.prosenectute.ch/veranstaltungen). Seien Sie dabei – wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Weitere Veranstaltungsorte

Stein AG, Saalbau, Schulstrasse 32
Boswil, Restaurant Löwen, Chillout
Buchs, Gemeindesaal, Gysistrasse 4

Dienstag, 24. März 2026, 19.00 Uhr
Donnerstag, 26. März 2026, 19.00 Uhr
Montag, 13. April 2026, 19.00 Uhr