



## NEWSLETTER

5/2021

### *Endlich!*

*Zum 1. Mai 2022 sind die Corona-Beschränkungen weitgehend aufgehoben und wir blicken zuversichtlich auf den Sommer, der uns hoffentlich die langersehnten Freiheiten wieder bringt.*

*Die Maskenpflicht ist gefallen, jedoch gibt es eine ausdrückliche Empfehlung des Bischöflichen Ordinariats zum Tragen von Masken in geschlossenen Räumen.*

**Die nächsten Vorträge starten.....**  
(Eine Anmeldung ist nicht mehr erforderlich)

**Montag, 16.05.2022, 18 Uhr      Gute Ernährung**  
• Gesundheit und Lebensqualität im Alter

Eine ausgewogene Ernährung sorgt auch im Alter für den Erhalt von Vitalfunktionen.

**Referentin:** Dr. Gabriele Schilling,  
Dipl. Ernährungswissenschaftlerin

**Montag, 20.06.2022, 18 Uhr      Lächelnd leichter leben**  
• Glücklich und zufrieden in den Lebensherbst

Unterhaltsamer Vortrag um dem Älterwerden lächelnd ins Gesicht zu blicken.

**Referentin:** Nanni Glück (kein Künstlurname!),  
Therapeutin, Coach und Autorin

**In einigen Sprachkursen (Englisch für Anfänger, Italienisch und Spanisch) gibt es noch freie Plätze.**  
**Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Informationen finden Sie auf der Homepage, im aktuellen Heft oder über das Sekretariat der Goldberg-Seniorenakademie.**

Weitere Informationen zu den Vorträgen, Kursen und Angeboten der Goldberg-Seniorenakademie finden Sie im aktuellen Kursheft oder auf unserer Homepage unter [www.goldberg-seniorenakademie.de](http://www.goldberg-seniorenakademie.de) .