



EMMEN
CENTER

Die Ausstellung ALTER feiert das Älterwerden in der Gemeinde Emmen.

Die Tage sind mit unterschiedlichen Ausstellenden sowie diversen Impulsen zum Thema Alter gestaltet. Die Ausstellung wird durch die Kontaktstelle Alter Emmen (KAE) organisiert.

Das Angebot der KAE umfasst leichten Zugang zu Informationen und kostenlose Erstberatung bei Fragen rund ums Alter.

041 268 55 25
info@alter-emmen.ch
www.alter-emmen.ch

ALTER

04.-09.11.24

Im Emmen Center

Gesundheit, Wohnen, Leben
& Lernen im Alter



AUSSTELLENDEN UND PROGRAMM

VORMITTAG

NACHMITTAG

MONTAG

04.11.2024

DIENSTAG

05.11.2024

MITTWOCH

06.11.2024

DONNERSTAG

07.11.2024

FREITAG

08.11.2024

SAMSTAG

09.11.2024

09:00 Uhr
Öffnung

BZE AG, Gemeinde Emmen, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, Spitex Emmen, Vivale Sonnenplatz

10:00 Uhr
Yoga für Senior/innen
11:30 Uhr
Farb- und Stilberatung

BZE AG, Fach- und Koordinationsstelle freiwillig-emmen, Gemeinde Emmen, Genossenschaft Zeitgut Luzern, GLEICH UND ANDERS Schweiz, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, Spitex Emmen, Unabhängige Beschwerdestelle f.d. Alter

09:30 -11:30 Uhr
Besichtigung iHomeLab
09:00 -14:00 Uhr
XUND Future Lab, Kurse
09:00 -17:00 Uhr
Curaviva Zentralschweiz Bildung

Alzheimer Luzern, BZE AG, Curaviva Zentralschweiz – Bildung, Gemeinde Emmen, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, XUND Bildung Gesundheit Zentralschweiz

10:00 Uhr
Sicherheit im Alter
11:00 Uhr
Wie wir im Alter bei guter Laune bleiben

BZE AG, Gemeinde Emmen, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, Spitex Emmen, Stiftung Besuchsdienst Inner-schweiz, VISITA

09:00 -14:00 Uhr
Institut für Altersforschung
11:00 Uhr
Digitalisierung und KI im Alter

BZE AG, Gemeinde Emmen, GLEICH UND ANDERS Schweiz, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, Patientenstelle Zentralschweiz, Pro Senectute Kt. Luzern, Schweizerisches Rotes Kreuz Kt. Luzern

11:00 Uhr
Zu Hause wohnen im Alter

Alzheimer Luzern, BZE AG, Caritas Schweiz, Frauengemeinschaft Gerliswil, Gemeinde Emmen, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, Lungenliga Zentralschweiz, Pro Senectute Kt. Luzern, Seniorinnen- und Seniorenuniversität Luzern, Spitex Emmen, VISITA, Vivale Sonnenplatz

15:00 Uhr
Laudatio
17:00 Uhr
Sicherheit im Alter

BZE AG, Gemeinde Emmen, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, Seniorendreh-scheibe Emmen, Spitex Emmen, VISITA, Vivale Sonnenplatz

13:30 -17:00 Uhr
Kafi Metenand
14:00 Uhr
Farb- und Stilberatung
16:00 Uhr
Überraschungsmoment

BZE AG, Gemeinde Emmen, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, Spitex Emmen, Unabhängige Beschwerdestelle f.d. Alter, VISITA, Vivale Sonnenplatz

15:00 Uhr
Sicherheit im Alter
15:30 -17:30 Uhr
Besichtigung iHomeLab
17:00 Uhr
Yoga für Senior/innen

Alzheimer Luzern, BZE AG, Curaviva Zentralschweiz – Bildung, Frauengemeinschaft Gerliswil, Gemeinde Emmen, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, Spitex Emmen, Vivale Sonnenplatz

15:00 -17:00 Uhr
Kinder- und Kultur-atelier KUKA
18:00 Uhr
Impulsreferat Politik Regierungsrätin Dr. iur. Michaela Tschuor

BZE AG, Gemeinde Emmen, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, Seniorendreh-scheibe Emmen, Stiftung Besuchsdienst Innerschweiz, Vivale Sonnenplatz

13:00 -19:00 Uhr
Alles rund um Vorsorge
13:30 -17:00 Uhr
Kafi Metenand
14:00 Uhr
Digitalisierung und KI im Alter
18:00 Uhr
Impulsreferat Wirtschaft Chancen Erwerbstätigkeit Ü60

BZE AG, Gemeinde Emmen, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, Lungenliga Zentralschweiz, Palliativ Luzern, Schweizerisches Rotes Kreuz Kt. Luzern, Spitex Emmen, VISITA, Vivale Sonnenplatz

13:00 Uhr
Zu Hause wohnen im Alter
15:00 Uhr
Finissage Alzheimer Schweiz

Alzheimer Luzern, BZE AG, Caritas Schweiz, Gemeinde Emmen, KAE, Kath. Kirche Emmen-Rothenburg, Pro Senectute Kt. Luzern, VISITA, Vivale Sonnenplatz

Laudatio
04.11. / 15:00 Uhr
 Gemeinde Emmen:
 Ramona Gut, Gemeindepräsidentin
 Betagtenzentren Emmen AG:
 Nadja Rohrer, CEO

Kafi Metenand
05.11. und 08.11. / 13:30-17:00 Uhr
 Das Kafi-Metenand-Team der Kath.
 Kirche Emmen-Rothenburg lädt bei
 einem Getränk zum Austausch ein.

Wie wir im Alter bei Laune bleiben
07.11. / 11:00 Uhr
 Dr. Ludwig Hasler, Philosoph, Physiker,
 Buchautor. So ein Alter wie heute gab
 es noch nie. Was fangen wir an mit den
 geschenkten Jahren? Reisen, Geniessen,
 Fit halten? Prima, findet Hasler (80). Die
 bestgelaunten Alten, bringen alle etwas
 mehr in Bewegung als sich selbst. Betrei-
 ben eine Quartierbeiz, stärken Schüler
 in Deutsch und Mathe, engagieren sich
 für Vogelschutz. Daraus folgert Hasler:
 Richtig gute Laune kriegt, wer im Alter
 an etwas mitwirkt, das bedeutender ist
 als sein Ego.

Digitalisierung und KI im Alter
08.11. / 11:00 Uhr und 14:00 Uhr
 Ralph Landolt, Techtipp AG, Dipl. Ing.
 ETH, Digital Coach & YouTuber.
 Digitalisierung und Künstliche Intelligenz
 im Alter: Möglichkeiten und Risiken im
 Alltag. Dorfplatzaustausch.

Sicherheit im Alter
04.11. / 17:00 Uhr, 06.11. / 15:00 Uhr
und 07.11. / 10:00 Uhr
 Luzerner Kantonspolizei: Jurt René,
 Fachspezialist Prävention Senioren-
 schutz. Die Welt wird immer digitaler
 und vernetzter. Bei allen Vorteilen birgt
 dies auch Gefahren. Diese wollen wir
 kennenlernen, um richtig darauf zu
 reagieren.

Besichtigung iHomeLab Horw
06.11. / 09:30-11:30 Uhr und
15:30-17:30 Uhr, Abfahrt Bushaltestelle
Emmen Center, max. 25 Teilnehmende,
Tickets beim KAE-Stand
 Das Team des iHomeLab der Hochschule
 Luzern – Technik & Architektur erforscht,
 wie dank intelligenten Gebäuden der
 Energieverbrauch gesenkt oder älteren
 Menschen ein Leben in den eigenen vier
 Wänden ermöglicht werden kann. Die
 Resultate werden im Visitorcenter auf
 dem Campus Horw präsentiert.

Kinder- und Kulturatelier KUKA
07.11. / 15:00-17:00 Uhr
 Im KUKA finden Klein und Gross einen
 Ort für Kreativität und Neugier. Die Leiterin
 Monika Kunz bringt einige Highlights
 aus ihrem Programm mit, damit Gross-
 eltern zusammen mit ihren Enkelinnen
 und Enkeln die Kreativität erleben und
 geniessen können. Für Kinder ab 2.5
 Jahren.

Alles rund um Vorsorge
08.11. / 13:00-19:00 Uhr
 Pensionierungsberatung der Luzerner
 Kantonalbank. Auch wenn es zur Pensio-
 nierung noch einige Jahre dauert, früh-
 zeitige Planung und Beratung lohnt sich.

Yoga für Senior/innen
05.11. / 10:00 Uhr und 06.11. / 17:00 Uhr
 Yoga für Seniorinnen und Senioren mit
 Karin Roth. Yoga hat eine wohltuende
 Wirkung auf Körper und Geist. Das Wohl-
 befinden entsteht durch ein Zusammen-
 spiel von körperlichen Übungen,
 verschiedenen Atemtechniken und
 Entspannungsübungen.

XUND Future Lab und Kurse
06.11. / 09:00-14:00 Uhr
 XUND bietet praxisorientierte Aus- und
 Weiterbildungen sowie Kurse für Ge-
 sundheitsfachkräfte und Interessierte
 an. Lernen Sie zukünftige, digitale Tech-
 nologien und Anwendungen im Bereich
 Gesundheit und Bildung sowie unser
 breites Angebot an Kursen kennen.

Impulsreferat Politik
07.11. / 18:00 Uhr
 Regierungsrätin Dr. iur. Michaela Tschuur,
 Vorsteherin des Gesundheits- und Sozial-
 departements, referiert zum Thema
 «gutes Alter(n)» im Kanton Luzern. Das
 Thema ist gesellschaftspolitisch von Be-
 deutung, da in den kommenden Jahren
 so viele ältere Menschen wie nie im Kan-
 ton leben werden. Der Kanton Luzern hat
 deshalb 2022 ein Altersleitbild als Weg-
 weiser lanciert.

Impulsreferat Wirtschaft
08.11. / 18:00 Uhr
 Chancen Erwerbstätigkeit Ü60. Lukas
 Zihlmann, Präsident Gewerbeverein
 Emmen, Heiko Haupt, Präsident Emmer
 Wirtschaftsforum und Jonathan Bennett,
 Co-Leiter Institut Alter Berner Fachhoch-
 schule.

Farb- und Stilberatung
05.11. / 11:30 Uhr und 14:00 Uhr
 Workshop mit Fabienne Thali. Erfahren
 Sie, wie Sie sich im Alter typgerecht
 und farblich optimal kleiden können.
 Lassen Sie sich beraten, was Ihrer Figur
 schmeichelt und wie Sie authentisch
 auftreten.

Curaviva Zentralschweiz-Bildung
06.11. / 09:00-17:00 Uhr
 Der Bildungsverband der Langzeit-
 branche ist für die Bildungsanliegen der
 Alters- und Pflegezentren in der Zentral-
 schweiz zuständig. Entdecken Sie die
 verschiedenen Bildungswege und
 Entwicklungsmöglichkeiten in den unter-
 schiedlichen Ausbildungsbereichen.

Institut für Altersforschung OST -
Ostschweizer Fachhochschule
08.11. / 09:00-14:00 Uhr
 Verfügbare Technologien für das Alter.

Zu Hause wohnen im Alter
09.11. / 11:00 Uhr und 13:00 Uhr
 Emanuel Gfeller, Projektleiter bonacasa
 AG. Wie gelingt es im Alter möglichst
 lange zu Hause zu wohnen – mit hoher
 Lebensqualität, sicher und für jedes
 Budget?

Überraschungsmoment
05.11. / 16:00 Uhr
 Eine bewegende Überraschung wartet
 auf Sie.

Finissage Alzheimer Schweiz
09.11. / 15:00 Uhr
 Direktorin, Dr. Stefanie Becker: «Es gibt
 viele tolle Angebote, doch sind sie zu
 wenig bekannt und werden leider selten
 genutzt. Auch finden sich ältere Menschen
 dann oft schwer zurecht. Die Kontakt-
 stelle Alter hilft, indem sie informiert und
 passende Angebote vermittelt. Ver-
 netzung, Dialog und Koordination sind
 dabei entscheidend.»

PARTNER

