

Herbstzyklus 2024 steht unter dem Motto «Lebensfreude»

Die seit vielen Jahren beliebte, öffentliche Veranstaltungsreihe «VitaTertia – Zyklus», findet jeweils im Frühling und Herbst statt. Auch diesen Herbst diskutieren die Teilnehmenden auf unterhaltsame Art und Weise inhaltlich spannende Themen, welche die Gesellschaft über alle Generationen hinweg betreffen.

«Lebensfreude» ist unser positives Jahres-Motto und wir erleben dazu laufend inspirierende Anlässe mit humorvollen und freudigen Momenten. Die Stiftung VitaTertia, Gerbhof und Weiher, engagiert sich seit über drei Jahrzehnten als Pionierin für den dritten Lebensabschnitt und alle damit verbundenen intergenerativen Themen. Oft geht es um Sinnfragen in unserer «Vita». Es werden meist Themen behandelt, welche wohl besonders im dritten Lebensabschnitt, «Tertia», zunehmend an Bedeutung gewinnen, jedoch für alle Generationen wichtig sind. Wir haben verschiedene individuelle Lebens- und Wohnmöglichkeiten unter einem Dach. Die persönlichen Wünsche und Interessen aller Betroffenen und Beteiligten sollen besonders auch in dieser Lebensphase berücksichtigt werden. «Qualität mit Herz» bedeutet für uns auch das Leben jeden Tag bewusst, positiv und somit sinngebend anzugehen. Dabei sind abwechslungsreiche Aktivitäten ganz wichtig für das allgemeine Wohlbefinden. Bei uns im VitaTertia gibt es daher regelmässig interessante Veranstaltungen für Körper, Geist und Seele. Lebensfreude ist für alle Menschen, in jedem Alter, ein besonderes Elixier für ein gutes, gesundes und somit glückliches Miteinander. Lassen auch Sie



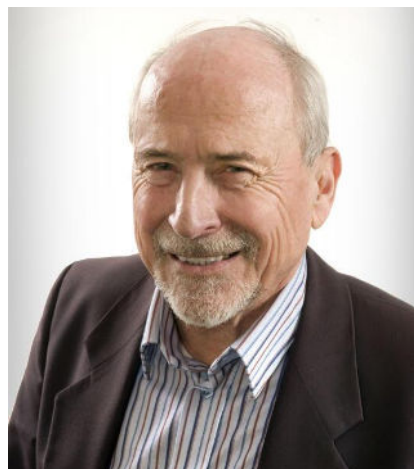
Stephan Sigg.

z.V.g.

sich ein wenig davon anstecken und geniessen Sie unsere öffentlichen Veranstaltungen. Wir freuen uns, wenn auch Sie aktiv daran teilnehmen.

Besondere Kraftorte im Grünen und zu Hause

An einer Rose riechen, Schmetterlinge beobachten, barfuss über das weiche Gras spazieren... Egal, ob im Garten, auf der Strasse oder im Lieblingssessel – unser Alltag hält viele Gelegenheiten bereit, über das Leben nachzudenken, abzuschalten und die Lebensfreude neu zu entdecken. Wer Augen und Ohren öffnet, entdeckt positive Überraschungen an jeder Ecke. Was kann ich von den Blumen in Sachen Optimismus lernen? Worauf machen Margeriten aufmerksam? Und lohnt es sich, eine Walnuss auf den Nachttisch zu legen? Am Donnerstag, **12. September**, um 19 Uhr liest der St.Galler Autor Stephan Sigg witzige und inspirierende Geschichten aus seinen Büchern «Garten-Impulse» und «55 Orte zum Aufatmen» über Alltagsorte, Gartenpflanzen und Tiere vor. Sie hel-



Peter Eggenberger.

z.V.g.

fen, Kraft zu tanken, und öffnen neu die Sinne für die vielen Überraschungen im Alltag. Lebensfreude finden wir im Alltag – auch an diesem Abend.

Lachen ist die beste Medizin

Peter Eggenberger wurde 1939 als Bürger von Grabs in Walzenhausen geboren. Der Drogenlehre und den Jahren in der Fremdenlegion in Afrika folgten das Lehrer- und Logopädiestudium mit entsprechender Tätigkeit. Seit 1982 ist er freiberuflich als Journalist, Autor und Referent tätig. Seine Bücher mit vergnüglichen Kurzgeschichten erfreuen sich einer grossen Nachfrage. Weiter ist Eggenberger der Erfinder des 1993 eröffneten Appenzeller Witzwanderwegs. Sein neuestes Buch «Der Appenzeller Witz – eine vergnügliche Spurensuche» ist genau dieser Thematik verpflichtet. Zudem ist es der Verdienst unseres Referenten, dass der Appenzeller Witz mit der Aufnahme auf die Liste der lebendigen Schweizer Traditionen des Bundesamtes für Kultur geadelt worden ist. Dank seiner farbigen Biografie kann Eggenberger aus dem Vol-



Karin Federer.

z.V.g.

len schöpfen, und als begnadeter Erzähler sorgt er für Staunen, Schmunzeln sowie herzhaftes Lachen und damit für die beste Medizin. Lebenskraft und Lebensfreude sind für alle gut spürbar und auch positiv ansteckend. Die Veranstaltung «Lachen ist die beste Medizin» mit Peter Eggenberger findet am Donnerstag, **10. Oktober**, um 19 Uhr statt.

Ich bau mir einen Zoo – Erwartungen und berufliche Erfüllung

Was für ein Privileg, in einem Zoo aufzuwachsen, seine Entwicklung miterleben und schliesslich in dritter Generation die Leitung zu übernehmen und die Zukunft des Walter Zoos selbst mitzugestalten! Doch mit jedem Schritt kommen neue Fragen und Herausforderungen auf einen zu. Wie gestaltet man kreativ und zielorientiert einen Ort, der Mensch und Tier verbindet, Erholung, Bildung und Artenschutz vereint und Generationen nachhaltig prägt? Karin Federer erzählt am Donnerstag, **28. November**, um 19 Uhr mit welchen Erwartungen sie ihren Beruf als Zoodirektorin angetreten hat und wie sie aus



Das VitaTertia-Team freut sich auf Ihren Besuch – auch auf unserer schönen Sommerterrasse. Das Restaurant VITA hat 366 Tage im Jahr für Sie geöffnet.

z.V.g.

ihrem knochenharten Traumjob täglich «Lebensfreude» schöpft. Eine bewusst nachhaltig gelebte Arbeitswelt mit generationenübergreifenden, sinnvollen Aufgaben, welche immer wieder viel Freude schenken. Die Vorträge dauern rund eine Stunde. Es besteht die Möglichkeit, Fragen zu stellen und mit den Referentinnen und Referenten ins Gespräch zu kommen. Im Anschluss offerieren wir einen Apéro und freuen uns auf den persönlichen Austausch mit Ihnen. Eine Reservation garantiert Ihnen einen Platz und wird empfohlen. Der Eintritt pro Veranstaltung kostet zehn Franken. *pd*

Stiftung VitaTertia

Die Stiftung VitaTertia hat sich der Palliative Care verschrieben. Sie begleiten Menschen auf ihrem letzten Lebensabschnitt und gehen auf deren individuelle Bedürfnisse ein. Das VitaTertia-Team freut sich auf Ihren Besuch – auch auf der schönen Sommerterrasse.

Weitere Informationen unter: www.vitatertia.swiss