

30 Jahre mehr Leben – was für ein Geschenk

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

diesmal habe ich Ihnen keine Aufgabe vorbereitet, sondern ein paar Gedanken von mir und anderen zusammengestellt, die das Älterwerden mal so betrachten: Mehr Lebensjahre sind ein Geschenk! Lasst es uns endlich auspacken! Zum An-Den-Spiegel-Pinnen, Posten oder einfach Lächeln.

„Das Alter, das man haben möchte, verdirbt das Alter, das man hat“
Paul Heyse

„Jedes Lebensjahr gibt Dir die Chance, Dich, Deine Stärken und Deine Persönlichkeit weiter zu entfalten. Was für ein Geschenk!“ Carola Kleinschmidt

„Die Jungen rennen schneller – aber die Alten kennen die Abkürzung.“
Altersforscherin Ursula Lehr

„Fast keine 50-Jährige wäre gerne wieder 20 – außer mit den Erfahrungen der 50Jährigen.“ Carola Kleinschmidt

„Ich freue mich aufs Älterwerden. Ich denke, es wird besser. Die Leute, die ich mit 30 kennen gelernt habe, sind mit 40 zufriedener.“ Autorin Helene Hegemann, 27, (Im Interview mit „Die Zeit“)

„Vitalität ist kein Privileg der Jungen.“ Carola Kleinschmidt

„80 Prozent des Alterungsprozesses wird von unserem Lebensstil bestimmt – 20 Prozent von den Genen.“ Wissenschaftliche Erkenntnis

„Werde älter wie ein Baum: Mit jedem Jahr wird er majestätischer und stärker.“
Carola Kleinschmidt

„Tätowierte Omas? – alles eine Frage der Zeit.“ Carola Kleinschmidt

Ich freue mich sehr über Rückmeldung und Austausch. Unter kontakt@carolakleinschmidt.de, bei Youtube oder instagram (@carolakleinschmidt).

Liebe Grüße.

Carola Kleinschmidt