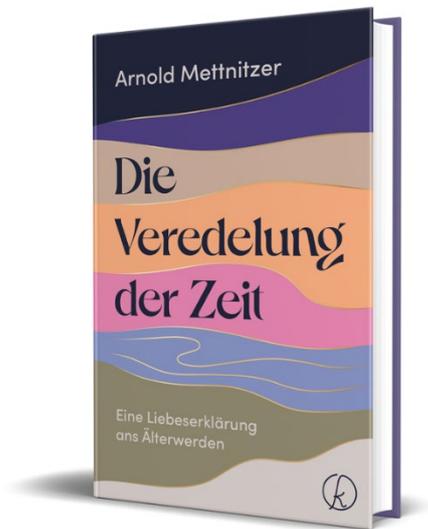


PRESSEINFORMATION



Arnold Mettnitzer

Die Veredelung der Zeit

Eine Liebeserklärung ans Älterwerden

112 Seiten

Hardcover, 13,5 x 21,5 cm

EUR 22,00,

ISBN 978-3-7088-0853-6

Kneipp Verlag

ET 24 . Juni 2024 **(Sperrfrist)**

Älterwerden ist nichts für Feiglinge! Das weiß auch der bekannte **Autor und Therapeut Arnold Mettnitzer**. Mit **Die Veredelung der Zeit** beschenkt er seine Leser:innenschaft mit einem Buch, das dazu ermutigt, die Angst zu überwinden und bis zum letzten Atemzug **Glück und Sinn im Leben** zu suchen.

Humorvoll und pointiert berichtet er von ganz persönlichen Erlebnissen, erzählt von letzten Wegen, von Glückspitzen und Welterfindern und macht so verständlich, warum sich in **Begegnungen die Zeit am besten veredeln** lässt.

Zutiefst persönliche Gedanken, die zum Nachdenken einladen.

EINE LIEBESERKLÄRUNG ANS ÄLTERWERDEN

Arnold Mettnitzer nimmt uns in diesem Buch mit auf die Suche nach all den Möglichkeiten, die Zeit zu veredeln und das Alter zu genießen. In sehr **persönlichen Geschichten** erzählt er von Menschen, denen dies gelungen ist - durch **die Kraft der Begegnung** und den Mut, sich auf andere einzulassen, durch die Fähigkeit zu verzeihen und durch die Offenheit, **bis zuletzt zu wachsen**.

- Das neue Buch des beliebten Autors und Therapeuten Arnold Mettnitzer
- Wie unser Leben bis zuletzt gelingen und als geglückt erlebt werden kann

BLICK INS BUCH

Altern als Chance

Wir sind gut beraten,
darauf gefasst zu sein,
dass uns bis zum
letzten Atemzug
Schönes geschenkt
und Schmerzliches
zugemutet wird.

Wenn ein Mensch in Pension geht, sich zurückzieht, seine Verantwortung in jüngere Hände legt, sollte dieser Rückzug, um an Leib und Seele auch in diesem Alter gesund zu bleiben, nicht bedeuten, damit aufzuhören, sich für die großen Fragen des Lebens und der Welt zu interessieren. Der Schritt in den Ruhestand ist für viele Menschen ein Schritt in eine größere Freiheit und in damit verbundene, ungeahnte, bisher nicht umsetzbare Möglichkeiten.

Aus: *Die Veredelung der Zeit*, Arnold Metznitzner, Kneipp Verlag 2024

ÜBER DEN AUTOR

Arnold Metznitzner ist nach einer Lehranalyse bei Erwin Ringel und der Ausbildung zum Psychotherapeuten seit 1996 Psychotherapeut in freier Praxis in Wien. Davor war der Theologe jahrelang Seelsorger in der Diözese Gurk-Klagenfurt. Er hält Vorträge sowie Seminare, ist freier Mitarbeiter des ORF und Autor zahlreicher erfolgreicher Bücher, darunter »Mit dem Herzen atmen« und »Das Kind in mir«.



DER AUTOR IM GESPRÄCH

BUCHPRÄSENTATION →	BUCHPRÄSENTATION →
Montag, 24. Juni 2024	Mittwoch, 26. Juni 2024
19:00 Uhr	19:00 Uhr
Arnold Mettnitzer Die Veredelung der Zeit	Arnold Mettnitzer Die Veredelung der Zeit
BUCHHANDLUNG HEYN KLAGENFURT	BUCHHANDLUNG BESOLD ST.VEIT/GLAN

BUCHPRÄSENTATION →
Donnerstag, 27. Juni 2024
19:00 Uhr
Arnold Mettnitzer Die Veredelung der Zeit
BUCHHANDLUNG HERDER WIEN